Włącz swój mózg

dr Caroline Leaf

Włącz swój mózg

Kategorie:
Wydawnictwo Szaron > Nasze książki > Dla dorosłych
Książki > Dla dorosłych > Poradniki > Relacje

31,92 zł ~~39,90 zł~~

numer katalogowy:	PR/0274
ISBN:	978-83-65553-21-8
liczba stron:	240
format:	13,5x20,5 cm
oprawa:	miękka
rok wydania:	2016

NIE JESTEŚ OFIARĄ WŁASNEJ BIOLOGII
To, o czym myślisz, wpływa na Twoje ciało i emocje. Przez współczesne społeczeństwo przetacza się epidemia toksycznych myśli – jeśli się z nimi nie rozprawisz, mogą one stać się podłożem rozmaitych chorób. Dr Caroline Leaf, uzbrojona w wyniki najnowszych badań medycznych i naukowych, pokaże Ci, jak znaleźć przełącznik w mózgu, który sprawi, że będziesz żyć lepiej i szczęśliwiej, osiągniesz zamierzone cele, będziesz potrafił kontrolować to, co dzieje się w twojej głowie, a nawet poprawisz swoją inteligencję! Dr Leaf
opracowała 21-dniowy Plan Detoksu Mózgu, dzięki któremu krok po kroku przeprowadzisz proces wymiany toksycznych myśli na nowe – zdrowe.
CZY JESTEŚ GOTOWY NA KORZYŚCI PŁYNĄCE Z ODNOWIONEGO ŻYCIA?

Dr Caroline Leaf jest patologiem i audiologiem. Zajmuje się neurobiologią kognitywną od 1985 roku. Jej pionierskie badania nad neuroplastycznością – zdolnością mózgu do
zmieniania się pod wpływem myśli – potwierdzają prawdy zapisane w Biblii. Głosiła swoje wykłady i prelekcje w „Enjoying Everyday Life" z Joyce Meyer, „LIFE Today"
z Jamesem i Betty Robinsonami, „Today with Marylin and Sarah", „It's Supernatural" z Sidem Rothem i „Doctor to Doctor".

Rekomendacje:

Kiedy dr Caroline Leaf po raz pierwszy wystąpiła w LIFE Today w roku 2007, nasi widzowie byli zafascynowani jej badaniami na temat tego, jak myślą ludzie. Dr Leaf zgrabnie łączy naukę z Pismem i wyjaśnia, jak możemy „przemienić się poprzez odnowę [naszego] umysłu". Jeśli potrzebujesz odmiany w sposobie, w jaki myślisz i podchodzisz do świata, „Włącz swój mózg" da Ci pewność, że Twój mózg może zostać odnowiony mocą Bożego Ducha i prawd zawartych w Biblii
James Robinson, prezes LIFE Outreach International, współprowadzący program LIFE Today

Ta książka to instrukcja obsługi Twojego mózgu. Jednym z moich najbardziej wyrazistych wspomnień jest pierwszy występ Caroline Leaf w programie „Praise the Lord" wraz z Laurie i ze mną. Nauka dwa tysiące trzynastego roku nadąża za Biblią! Od tamtego czasu Caroline nauczyła nas o wiele więcej, ponadto

zajmuje się też produkcją całej serii programów, które stacja TBN będzie pokazywać jeszcze przez wiele lat!
Matt Crouch, prezenter, filmowiec

Caroline Leaf dała nam prawdziwy klejnot – opisała współczesne badania naukowe dotyczące mózgu w sposób zrozumiały dla każdego. Angażuje się, uczy i zachęca nas do wykorzystania tej nauki i prawd zawartych w Biblii do poprawy naszego myślenia, związków i zdrowia. Czytanie tej książki to prawdziwa przyjemność. Polecam ją każdemu, kto jest zainteresowany poprawą jakości życia i zdrowia psychicznego.
David I. Levy, doktor nauk medycznych, neurochirurg, autor książki „Gray Matter"

Postanowiłam, że nie pozwolę, aby dwanaście lat wykorzystywania, przez które przeszłam, zniszczyło mój umysł i moje życie. Postanowiłam, że nie pozwolę, aby niesprawiedliwość triumfowała na tym świecie i że zamiast tego powstanę i coś z tym zrobię. Zdecydowałam się przekuć swój ból w coś dobrego, chcę zmienić swój umysł. Caroline pomogła mi zrozumieć, jak to, co działo się w mojej głowie podczas tych wyborów, wygląda od strony naukowej. Pisze ona w prosty sposób, który sprawia, że coś, co jest trudne, staje się przystępne i namacalne. Ta książka jest tak pomocna, że wszystkie dziewczęta, które będą przechodzić przez program A21, nauczą się, jak wykorzystywać zawarte w niej informacje, aby odnowić swoje umysły i zyskać nadzieję, tak by były w stanie zmienić nie tylko swoje życie, ale również cały swój świat.
Christine Caine, założycielka kampanii A21*, autorka książki „Undaunted"

Dr Leaf wielokrotnie przemawiała w naszym kościele i jesteśmy niezmiernie wdzięczni za wpływ, jaki miała na nasz zbór. Widzieliśmy na własne oczy, jak te wyjątkowe i przełomowe informacje docierają do ludzi i zmieniają ich życie. Ona rozumie, że Twój mózg został stworzony przez Boga z troską i starannością. My zaś zachęcamy Cię, abyś żył według wskazówek, które znajdziesz we „Włącz swój mózg!" i zaczął myśleć po Bożemu.
Robert i Debbie Morris, pastorzy Kościoła Gateway,
autorzy książek „Błogosławione życie", „The Blessed Marriage" i „The Blessed Woman"

Badania dr Caroline Leaf pomagają zrozumieć powiązania pomiędzy Biblią a mózgiem, pokazują nam też, jak to zrozumienie rozwija nas zarówno emocjonalnie, jak i duchowo. Jej nauczanie nie tylko zmienia życie, ale ratuje je, ponieważ odnowa umysłu staje się nagle czymś realnym. Jestem niesamowicie wdzięczna za mądrość zawartą na kartach tej książki. Obyście wzrastali poprzez jej czytanie!
Darleene Zschech, piosenkarka i autorka tekstów, autorka „The Art of Mentoring"

Neuroplastyczność? Badania genetyczne? Strumień elektromagnetyczny? Nawet za milion lat nie pomyślałabym, że będę mogła odnieść się do takich tematów, nie mówiąc już o ich zrozumieniu. W zgodzie z tym, co podpowiadałaby mi prawa półkula, uciekłabym na samo wspomnienie o nich. Teraz jednak poznałam dr Caroline Leaf. Od tej niesamowitej kobiety otrzymałam jedną z najbardziej istotnych lekcji, które zmieniły moje życie. Jej geniusz może zostać przyćmiony jedynie przez jej dobroć i uczciwość. Nieważne, czy siedziałam wśród dwudziestotysięcznej publiczności, chłonąc każde słowo Caroline, czy byłam z nią sam na sam, popijając herbatę, zawsze słuchałam, jak dzieli się głęboką naukową wiedzą w sposób zrozumiały dla każdego z nas. Nawet dla mnie. „Włącz swój mózg!" pokaże Ci, jak włączyć tę część Twojego mózgu – i życia – która pozostawała wyłączona przez zbyt długi czas. Staniesz się szczęśliwszym, zdrowszym i bardziej kompletnym człowiekiem.
Priscilla Shirer, autorka książki „The Resolution for Women".

Dr Caroline Leaf w mistrzowski sposób splata badania naukowe w dziedzinie mózgu z Bożym Słowem. Dzięki tej książce Twój mózg nie tylko przejdzie detoks, ale także obudzą się pokłady Twoich zdolności,

abyś mógł stać się tym wszystkim, czym Bóg Cię stworzył, byś był sobą i robił to, co On dla Ciebie zaplanował. Przeczytaj i odnów swój umysł!
John i Lisa Bevere, współzałożyciele Messenger International
Nie jestem ani naukowcem, ani specjalistą w tej dziedzinie, ale wiem, że owoc pracy Caroline i wpływ jej nauczania inspiruje ludzi. Pozwala im też z naukowej perspektywy spojrzeć na ponadczasowe Boże Słowo i Bożą mądrość. W każdym z nas drzemie niewykorzystany potencjał kreowania swojej drogi przez życie. Modlę się, aby lata badań Caroline i jej pasja w tej dziedzinie były dla Ciebie błogosławieństwem, gdy odkryjesz, jak to jest „włączyć swój mózg".
Robbie Houston, starszy pastor Kościoła Hillsong

W książce „Włącz swój mózg!" moja przyjaciółka, dr Caroline Leaf, pokazuje nam, jak badania naukowe w zakresie procesów myślowych zaczynają nadążać za Biblią. Przedstawiając 21-dniowy plan detoksu mózgu, dr Leaf dzieli się sekretami, które sprawią, że Twój mózg będzie działał sprawniej. Metody, które pomogły już setkom pacjentów, pomogą i Tobie odnowić umysł. Jeśli pragniesz polepszyć swoją pamięć, koncentrację, zdolność skupienia się czy też w zasadzie całe swoje życie – czas, aby włączyć swój mózg.
dr Jordan Rubin, autor książki „Dieta stwórcy", założyciel Garden of Life i Beyond Organic

Czy możesz sobie wyobrazić efekt wspólnej pracy naukowca badającego mózg i pełnego wiary chrześcijanina, który ma gruntowną wiedzę o Biblii? Na szczęście nie musimy sobie tego wyobrażać, bo dane nam jest zapoznać się z badaniami osoby, która jest jednocześnie i jednym, i drugim. Prace dr Caroline dają rzadki wgląd w to, co naturalne i duchowe. We „Włącz swój mózg!" autorka podkreśla, że szansa na wspaniałe, obfite życie, dane nam przez Chrystusa, jest bezpośrednio związana z naszymi wyborami. Dzięki tej książce „staje się światłość", a czytelnik odkrywa nowy poziom wolności. Jej szczere, płynące z serca przesłanie podnosi na duchu. Jestem wdzięczna za tę książkę, opartą zarówno na nauce, jak i na Biblii.
Colleen Rouse, pastor Kościoła Victory w Atlancie

„Włącz swój mózg!" to niesamowite informacje o funkcjonowaniu mózgu. Uwielbiam tę książkę! Często myślimy sobie: „Cóż, taki już jestem, nic na to nie poradzę". Nieprawda! Nieważne, jak myśleliśmy w przeszłości, zmianą sposobu myślenia możemy zmienić swoją teraźniejszość i przyszłość. Bóg powiedział nam o tym, a Caroline przebadała to i udowodniła naukowo. Całym sercem wierzę, że Bóg pragnie otoczyć Cię swoją miłością i podzielić się dobrą nowiną o tym, jak oczyścić umysł z kłamstw wrogów, jak włączyć go, aby odbierał Bożą miłość i prawdę. Dziękuję Ci, Caroline, za lata pracy, za zaangażowanie w sprawy Jezusa, za Twoją skromność i mądrość, za to, że jesteś cudowną przyjaciółką.
Marilyn Hickey, prezes i założycielka Marylin Hickey Ministries

Gdyby nasi uczniowie i nauczyciele pojęli, że każdy z nas ma możliwość odmiany sposobu myślenia, dostrzeglibyśmy prawdziwą zmianę w systemie edukacji. Kiedy każdy człowiek – nieważne: dorosły, nastolatek czy dziecko – zacznie brać odpowiedzialność za swoje psychiczne, fizyczne i duchowe zdrowie, jego życie się odmieni!
Angie McDonald, dyrektor zespołu szkół Advantage Academy Charter

W książce tej dr Leaf dostarcza Ci instrukcję oczyszczenia umysłu. Łączy lata swoich badań z mądrością i Słowem Bożym, aby pokazać że masz możliwość „przepiąć kable" w swoim mózgu, możesz wyplenić negatywne myśli i nawyki, które doprowadziły Cię do życia w złym zdrowiu, depresji, poczuciu porażki. Załączony 21-dniowy plan detoksu mózgu nauczy Cię, jak pozbyć się negatywnego myślenia, pozwoli przekalkulować, dokąd zmierzasz – zamiast iść drogą negatywnego myślenia, wybierzesz tę, która prowadzi do szczęśliwszej, zdrowszej, bardziej produktywnej wersji Ciebie. Żyjemy i umieramy z powodu wyborów, jakich dokonujemy – lecz dopóki nasze mózgi są zatrute wspomnieniami złych rzeczy, które spotkały nas w życiu czy wydarzeniami i decyzjami z przeszłości, nie możemy dokonywać wartościowych

wyborów, które wywołają w nas pozytywną zmianę. Zachęcam, abyś skorzystał z tego, co przygotowała dr Leaf – jest to połączenie Słowa, mądrości i nauki, które pokaże, jak aktywować to, co Bóg dla Ciebie przygotował.
DeeDee Freeman, pastor Chrześcijańskiego Centrum Spirit of Faith

Nasze procesy myślowe są kluczowe w wyrażaniu naszego jestestwa. W książce „Włącz swój mózg!" Caroline Leaf wyjaśnia, jak postępy w kognitywnej neurobiologii potwierdzają prawdy zawarte w Biblii, dotyczące zdrowego, dobrego myślenia i jaki to może mieć wpływ na ogólne zdrowie i fizjologię. Dostarcza też praktycznej strategii na zestrojenie naszego myślenia z Biblią, abyśmy stale czerpali korzyść z odnawiania umysłu (Rz 12,2). Dr Leaf stawia przed nami wyzwanie – musimy zobaczyć siebie takimi, jakimi widzi nas Bóg poprzez doskonałe i skończone dzieło Jezusa Chrystusa.
Brian E. Snell, doktor nauk medycznych, neurochirurg

Dr Leaf pokazuje, że to, co uważamy za przełom w neurobiologii, to tak naprawdę zamierzchła przeszłość – odniesienia do wyników najnowszych badań znajdujemy już w Biblii. A więc w zasadzie wszystkie badania i nauki zajmujące się mózgiem zaledwie potwierdzają słowa zapisane w Biblii. Caroline ma wspaniały dar – potrafi sprawić, że na nowo zachwycimy się cudem stworzenia, na nowo zachwycimy się mądrością Boga. Zostaliśmy cudownie stworzeni (Ps 139,14). W drugiej części książki dr Leaf wyjaśnia, jak możemy wykorzystać to w naszym życiu –w sposób prosty i zrozumiały nawet dla dzieci. Dzięki wieloletniemu doświadczeniu jest w stanie poprowadzić nas krok po kroku przez transformację naszego życia – ducha, ciała i duszy. Na własne oczy widziałem, jak zmieniło to życie wielu rodzin, kościołów i placówek edukacyjnych. Prawdę mówiąc, zmieniło się nawet moje własne życie.
dr Peter Amua-Quarshie, doktor nauk medycznych, lekarz rodzinny, chirurg, neurobiolog

Kiedy po raz pierwszy spotkałam Caroline – było to w Rwandzie wiele lat temu – wiedziałam, że spotkałam kogoś, kto ma do przekazania światu potężną wiadomość. Kiedy pochyliłam się, by posłuchać słów płynących z jej serca, mądrości, historii i badań, poczułam, jak budzi się we mnie nadzieja. Ta książka pełna jest mądrości, wiedzy i prawdy, a przeznaczona jest dla każdego z nas. Badania dr Leaf w połączeniu z prawdami wyjętymi z Biblii zapewnią każdemu czytelnikowi klucz do szczęścia, do zdrowego i pełnego życia – od dziś.
Helen Burns, pastor kościoła Relate, pisarka, międzynarodowy mówca, współprowadząca program „Relate with John & Helen Burns"

Caroline Leaf jest wspaniałą osobą, a jej książka „Włącz swój mózg!" jest nieoceniona, ponieważ wszyscy potrzebujemy pomocy w ukształtowaniu sposobu, w jaki myślimy. Dr Leaf uczy nas kilku najważniejszych technik, które pomogą sprawić, by nasze życie było pełne pokoju, zdrowe i szczęśliwe. Ta książka będzie dla Ciebie wielką pomocą bez względu na to, ile masz lat i skąd pochodzisz.
Sarah Bowling, pastor, współprowadząca wraz z Marylin Hickey ewangelizacje telewizyjne

Miałem przyjemność pracować z dr Leaf, kiedy wykładała na Uniwersytecie Królewskim w Los Angeles. Podczas prowadzonych przez nią wykładów studenci – a także inni pracownicy naukowi, w tym ja – czytali, oceniali, krytykowali, a następnie jednogłośnie akceptowali jej książki. Jak dowiesz się z kart tej, którą trzymasz w dłoni – jej badania są przełomowe w dziedzinie neurobiologii. Jestem dobrej myśli, jeśli chodzi o te wyniki, ponieważ ich zastosowanie może radykalnie zmienić nasze życie i poprawić relację z Jezusem. Zachęcam cię, abyś przeczytał tę książkę i wprowadził w życie jej zalecenia. To będzie początek wspaniałej podróży!
C. Fred Cassity, doktor prawa, wykładowca teologii praktycznej

Nowa książka Caroline Leaf pomoże Ci wprowadzić w życie technikę, która zajmuje zaledwie 7 minut dziennie, a zmieni nie tylko to, jak myślisz, ale i całe Twoje życie. Sama jestem żywym dowodem

skuteczności jej zaleceń. Od ośmiu lat nie cierpię już na żadną z „nieuleczalnych" dolegliwości, z którymi wcześniej się zmagałam. Były to: autoimmunologiczna choroba tarczycy, refluks żołądkowy, włókniaki macicy, ataki paniki, depresja i syndrom chronicznego zmęczenia. Wyleczyło mnie celowe, skupione myślenie – medytacja o prawdzie, która pomogła zwalczyć kłamstwa na temat mnie samej i mojego życia, a były one niejako zaprogramowane w mojej psychice. Nie jestem już tą samą osobą, ponieważ zaczęłam inaczej myśleć. Łatwe do zastosowania pomysły zawarte w tej książce naprawdę mogą odmienić Twoje życie. Zachęcam Cię, abyś zaczął już dziś.
Jennifer Crow, założycielka Beautiful Dream Society, autorka książki „Perfect Lies"

Dr Leaf napisała książkę, która ma potencjał, aby zmienić życie każdego z nas. Jej badania nad mózgiem pokazują, że mamy zdolność zmieniania naszej przyszłości poprzez zmianę sposobu myślenia. Pokazuje nam też, jak wygląda to w praktyce. Ekscytująca książka dr Leaf będzie wielkim błogosławieństwem dla każdego, kto ją przeczyta.
Holly Wagner, pastor Kościoła Oasis, autorka książki „GodChicks"