

Как стать умнее? ч.1

Мастер-класс

Афанасьев Денис

+7-913-390-3744

vk.com/id6905203

5 сентября 2019

Методология

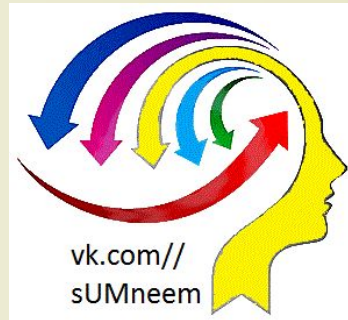
ОСОЗНАНИЕ



Развертка по ВРЕМЕНИ

Информация

Энергия



3

Назначение Ума и основные приоритеты человека

- Ум – инструмент
- ВЫЖИВАНИЯ для выполнения
- ПРЕДНАЗНАЧЕНИЯ

1) БЕЗОПАСНОСТЬ
ТЕЛО, ВОЗДУХ

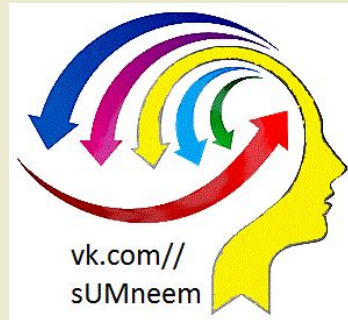
2) ВОДА

3) ЕДА

4) ЗДОРОВЬЕ

5) ПОЛЬЗА

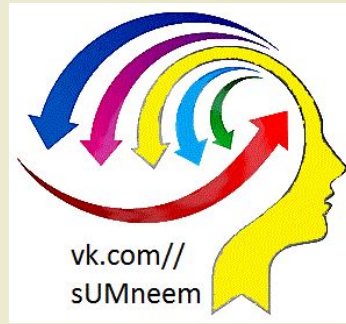
6) СООБЩЕСТВО



Общее назначение Ума

- Ум – инструмент выживания для выполнения предназначения всего ЧЕЛОВЕЧЕСКОГО РОДА





Приоритеты Ума выживания человеческого рода

1) БЕЗОПАСНОСТЬ
ЗЕМЛЯ, ВОЗДУХ

2) ЕДА

3) СПОСОБНОСТЬ К РАЗМНОЖЕНИЮ

4) УТИЛИЗАЦИЯ ОТХОДОВ

5) ВОДА

6) ЭНЕРГИЯ

7) ДЕНЬГИ

8) ОБУЧЕНИЕ

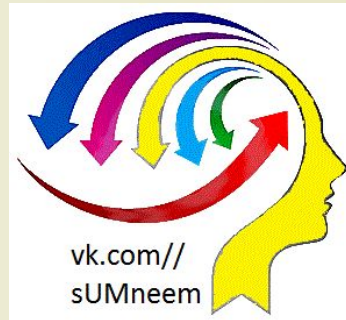
9)

ЧЕЛОВЕ
К

ПЛЕМ
Я

СУБКУЛЬТУР
А

РО
Д



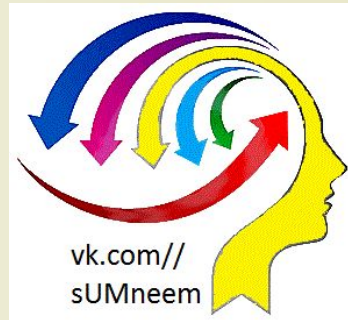
Алгоритм безопасности умного человека

- Полная ОТВЕТСТВЕННОСТЬ за СВОЮ жизнь
- Думай о безопасности ПРИОРИТЕТНО
- Проявляй ГЛУБОКОМЫСЛИЕ
- Отмечай все НЕОБЫЧНОСТИ (6-ть шагов УЧ)
- В режиме «ОЖИДАНИЯ» вопросы

Какие угрозы есть СНАРУЖИ?

Какие сигналы есть ВНУТРИ?

То, что я делаю – точно безопасно для меня и других?

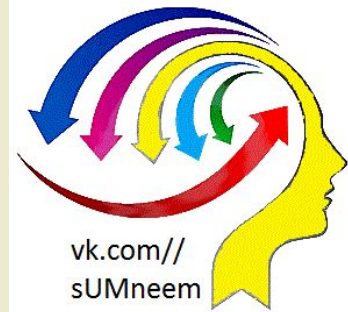


7

Алгоритм безопасности умного человека



- Оценивай РИСКИ и выбирай более ЗНАЧИМЫЕ действия
- прими на 100 % правила безопасности
- откажись от КОМПРОМИССОВ
- О-ШИБКО, торопись сохранить ЖИЗНЬ, а не потерять

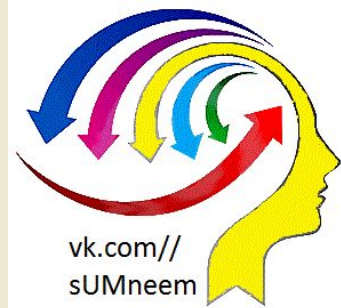


8

Алгоритм безопасности умного человека



- Читай ЗНАКИ жизненной дороги
- Правило 3 предупреждений
- «Подстели соломку»

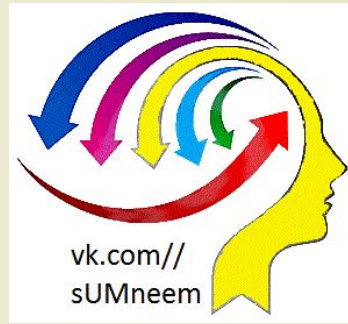


Шесть основных шага умного человека

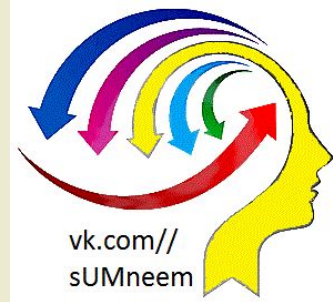
- Проявляй ВНИМАНИЕ ко всему, - отмечай необычности
- Постоянно УДИВЛЯЙСЯ
- Задавай ВОПРОСы, уточняй вопрос.
- Ищи СВОи версии ОТВЕТов
- Каждый ответ ИСПЫТАЙ на достоверность
- ПРИМЕНЯЙ в Своей жизни

Три типичные ошибки человеческого мышления

- Страх публичной ОШИБКИ (первый синдром школьника)
- Привычка думать по ШАБЛОНУ (второй синдром школьника)
- Привычка БЫСТРОГО ответа (третий синдром школьника)



Энергетика мозга



25 Вт

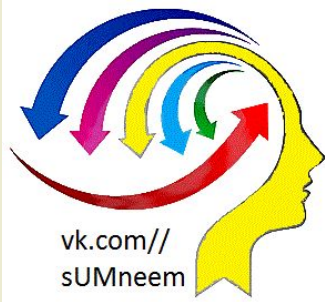
Энергетический баланс
человека

7% - в покое

25% - в активном
состоянии

Удельный расход энергии на кг
массы тела мозга в **17 раз**
больше остальных частей тела

Энергетика мозга



~

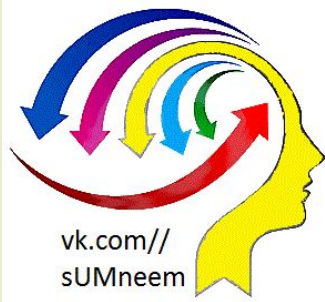


Новосибирская ГЭС 485 МВт

~

49 человек

Энергетика мозга



Download from
Dreamstime.com

This watermarked comp image is for previewing purposes only.



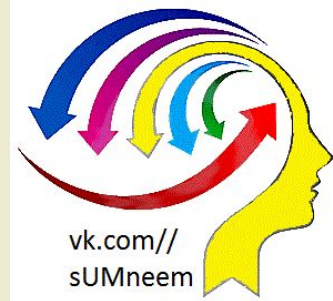
ID 71128374

© Patpong Rattanamane | Dreamstime.com

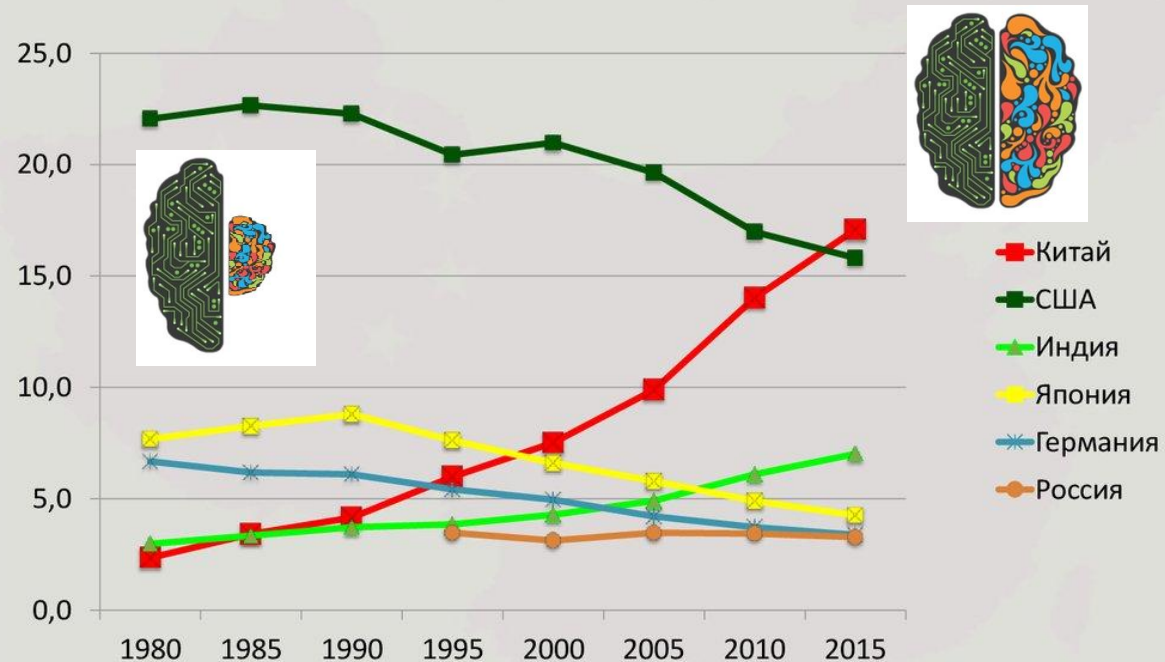
32 %
мирового
ВВП 2018

Россия
3,12 %
мирового ВВП
2018

Энергетика мозга

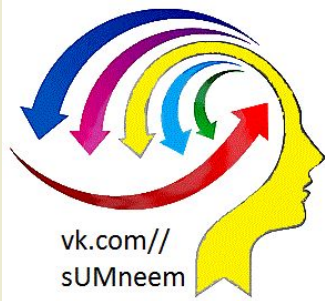


Изменение доли стран в мировом ВВП (по ППС)



Что будет
дальше?

Обмен веществ мозга



Кровоснабжение и потребление глюкозы мозгом

норма

13%-26 %



Кровь
1 литр/мин

Глюкоза
25 %

при снижении памяти



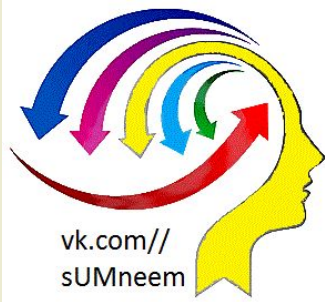
Кровь 0,2
литр/мин

Глюкоза
2 %

Общий кровоток

Удельный расход кислорода и глюкозы на кг массы тела мозга в **17 раз** больше остальных частей тела

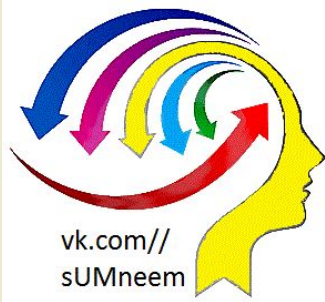
Нейроны «новизны» и «тождества»



- Нейроны НОВИЗНЫ. Безусловный ориентировочный рефлекс . Сигналы рассогласования ВОЗБУЖДАЮТ мозг.
- Нейроны ТОЖДЕСТВА. Условный ориентировочный рефлекс . Сигналы совпадения тормозят мозг.

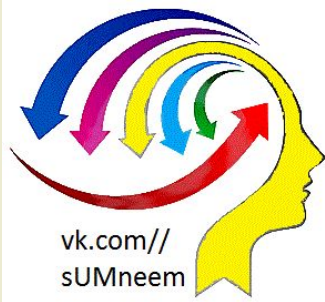
Эффект первичности и новизны (психология)

- Тенденция людей при противоречивой информации о другом человеке придавать больший вес
- Для незнакомых людей – ПЕРВИЧНЫМ данным
- Для старых знакомых – НОВЫМ данным

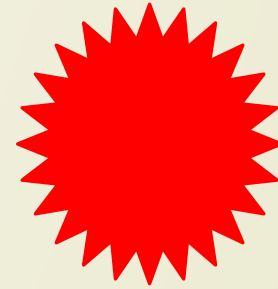
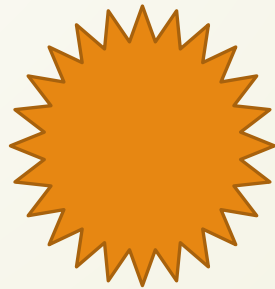
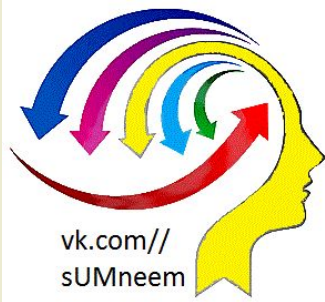


Четыре способа побудить ум (психические тонусы думания)

- дать возможность УДИВИТЬСЯ
- встретиться с чем-то НОВЫМ
- обострить вопрос до ПРОТИВОРЕЧИЯ
- вывести из состояния БЕЗОПАСНОСТИ



Четыре способа побудить ум (психические тонусы думания)



Удивление

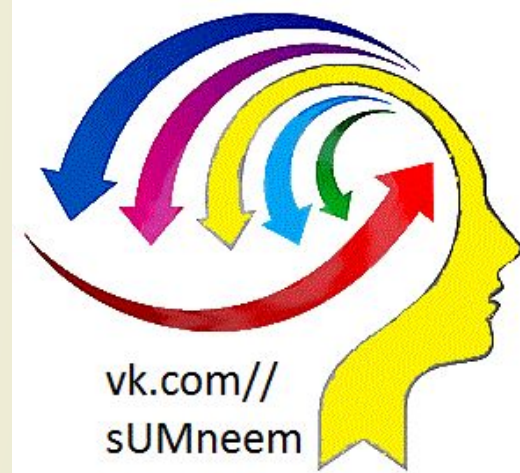
Новое

Противоречие

Опасность

« Приспособление к культуре личности (.....) снижает умственные и моральные качества человека»

Эрих Фромм



Применение инструментов Ума - Высокое Сознание

Мастер-класс

Афанасьев Денис

+7-913-390-3744, vk.com/id6905203

vk.com/sumneem