

**BRAIN WE  
ARE**



# BRAIN WE ARE

## O co se snažíme?

Dnešní doba produkuje spoustu rychlých nevědomých zkratek, jak řešit každodenní problémy. Pomalu se učíme zacházet s nástroji, které jsme vytvořili, jako internet, chytré telefony, kariéra, rychlé jídlo a mnoho dalších. Spolu s tím se zjevuje spousta nových a zdánlivě neřešitelných problémů týkajících se přímo biologické struktury člověka, jako chronický stres, obezita, deprese, závislosti, syndrom vyhoření, Alzheimerova choroba apod.

## Zajeté vzorce chování

My i vy máme za sebou miliony let evoluce, během které se nám do hlavy stihlo uložit nespočet vzorců pro chování v určitých situacích. Vzorce, které byly užitečné v dobách, kdy jsme potřebovali přežít a utéct před mamutem, na naši dnešní zkušenost působí více jako kazítka. Fungujeme evolučně na setech automatických reakcí co se týče emocí, stresu, předpojatosti, ctižádostivosti i zodpovědnosti. Každý si neseme v hlavě mamuta, který nám říká, co máme a nemáme dělat.

Brain We Are  
brainya@gmail.com  
Facebook: Brain We Are  
IG: brain\_we\_are  
podcast: Brain We Are CZ

**BRAIN WE  
ARE**



## Rozšíření možností

Rozpoznávání a uvědomování takových zajetých vzorců chování nám umožňuje s nimi lépe pracovat a aplikovat to i při řešení novodobých problémů viz. výše. Nejsme jen roboty reagujícími na 10 000 let staré vzorce chování, ale dokážeme se nad ně povznést a převzít kontrolu. Dokážeme transcendentovat naši zkušenost za hranice evolučního mozku tak, jak to vyžaduje kultura, morálka a všeobecné požadavky moderní společnosti na člověka. Díky poznání ze světa vědy a technologií objevujeme nové dimenze fungování nás samotných a našich schopností. Náš potenciál se vždy nachází za hranicemi toho, kam jsme schopni dohlédnout.

## Adaptace

Ideální prostor pro růst, performance a ideální prožívání života se totiž odvíjí od schopnosti našeho mozku a těla se adaptovat na neustále měnící se podmínky. Pokud budeme pracovat s naší biologickou i psychologickou schránkou, vyvažovat fyzické i mentální extrémy a využívat k tomu nejmodernější výzkum, metody a technologie, zlepší se tím naše každodenní zkušenost se životem a role v našem nejbližším i globálním prostředí.

Brain We Are  
brainya@gmail.com  
Facebook: Brain We Are  
IG: brain\_we\_are  
podcast: Brain We Are CZ

**BRAIN WE  
ARE**



Vojtěch Hlaváček  
Jiří Kryštof Jarmar

Brain We Are  
brainya@gmail.com  
Facebook: Brain We Are  
IG: brain\_we\_are  
podcast: Brain We Are CZ

## Dimenze lidského vnímání

Pomocí Brain We Are objevujeme možnosti lidského potenciálu a poznání. Čerpáme informace z vědeckých studií, podcastů a knih, na základě čehož pak optimalizujeme vlastní každodenní zkušenost a předáváme to dále ve formě podcastu, blogu, přednášek. Pole působnosti v rámci zdraví a péče o vlastní Mind-Body-Spirit skýtá nevídané možnosti práce. Rádi nacházíme nové způsoby řešení starých problémů a transformujeme je do takové podoby, aby byly lehce aplikovatelné pro každého. Máme dojem, že pole zdravotnictví a vzdělávání čekají velké změny a rádi našimi mozky spoluutváříme už tak rostoucí trend kvality bytí ve světě.

Účel naší činnosti je inspirovat, pobavit a zlepšit zkušenost se životem třeba jen jedinému člověku na planetě.

**BALANC  
OPTIMALIZACE**

**MIND  
BODY  
SPIRIT**