Mikrodosierung und Kreativität: Kreativität macht glücklich - Glück macht kreativ
Microdosing XP

Alle Artikel zu den Thortrüffeln von ProviThor sind im pdf-Format auf www.Mikrodosierung.com einsehbar. Die pdf-Dateien enthalten teilweise aktive Links zu Quellen Dritter.

Kreativität gilt vielen als Luxus, der im normalen Alltag keinen Platz hat. Dabei gehört sie zur menschlichen Natur und kreativer Ausdruck macht glücklich. Die Beschäftigung mit kreativen Projekten gibt einen Ansporn, morgens aufzustehen und weiterzumachen. Umgekehrt sind deprimierte und depressive Menschen weniger kreativ und haben keinen besonderen Grund, sich auf den Tag zu freuen.

Kreativität hilft, "Ventile? zu finden, um unerwünschte negative Emotionen auf unschädliche Art und Weise auszudrücken. Ärger, Trauer, Zorn, Enttäuschung und so weiter, gehören zweifelsohne zum menschlichen Gefühlsspektrum, doch sie auszudrücken, birgt mitunter hohe gesellschaftliche Risiken.

Sie hingegen nicht auszudrücken birgt Gefahren für die Gesundheit. Ausgerechnet Herz, Gehirn und Immunsystem leiden besonders unter der inneren Spannung, die das permanente Unterdrücken negativer Gefühle aufbaut. Je mehr wir verdrängen und unterdrücken, desto mehr gewöhnen wir uns daran und spüren auch kaum mehr, dass der Druck stetig wächst. Auf Dauer wirkt sich das auf die gesamte körperliche und geistige Gesundheit aus und kann zu Depressionen, Burn-out und sogar akuten Verdauungs- und Herzproblemen führen.

Kreativer Ausdruck kann für uns aber noch mehr tun, denn die ausgedrückten Gefühle verpuffen nicht einfach. Sie auszudrücken, kann uns helfen, Emotionen überhaupt erst zu verstehen und deren Ursprung nachzuvollziehen. So lernen wir uns selbst besser kennen, was ein wichtiger Schritt auf dem Wege zur Selbstverwirklichung ist: Werde, der du bist!

Zudem werden wir meist besser in dem, was wir häufig tun. Wer beispielsweise seinen Ärger über Stress auf der Arbeit abends mit einer halben Stunde Tanzen, Malen, Musik spielen, Schreiben oder Ähnlichem verarbeitet, hat nach einem Jahr etwa 180 Stunden Erfahrung in der Kunst seiner Wahl gesammelt. Das ist viel Zeit für persönliche Entwicklung und die kann für das Selbstbewusstsein wahre Wunder wirken - nicht nur der Prozess, sondern auch das Erreichte macht uns glücklicher und gesellschaftlich attraktiver. "Was, Sie spielen Piano? Ach, das wollte ich immer mal lernen!?

Kreativität ist keineswegs auf künstlerische Aktivitäten - den Ausdruck von Gefühlen und Vorstellungen - beschränkt. Auch das Lösen von technischen Problemen, die Formulierung neuer Strategien oder das Umgestalten der Wohnung fällt umso leichter, je kreativer man ist. Je kreativer wir denken können, desto mehr Möglichkeiten bieten sich uns, die Welt nach unseren Vorstellungen zu gestalten.

Wie aber bringt man sein Gehirn dazu, kreativ zu denken? Für gewöhnlich beschänken "Kontrollzentren? die Kommunikation zwischen verschiedenen Hirnregionen und sorgen dafür, dass ein Großteil unserer Gedankengänge wie auf Schienen laufen.

Forscher der University of Bristol haben beobachtet, dass durch die Einnahme von großen Mengen psilocybinhaltiger Thortrüffel die Kontrollzentren für kurze Zeit auf Stand-by schalten. Dann sind im Gehirn Ablaufmuster zu beobachten, die sich am besten als grenzenlose Kreativität bezeichnen lassen.

In diesem Zustand ist der Geist offen für Ideen, die unabhängig von gewohnten Denkmustern entstehen können: pure Kreativität. Plötzlich können alle Regionen des Gehirns miteinander kommunizieren. Dies ermöglicht uneingeschränkte Erkenntnis und Denken ohne Grenzen.

Wie ist das aber beim Mikrodosieren? Auch Microdosing erhöht die geistige Flexibilität. Die gleichen Abläufe, die bei einer hohen Dosis im großen Stil geschehen, laufen auch hier, mit einigen feinen Unterschieden.

Eine volle Dosis magischer Thortrüffel führt dazu, dass wir zwar praktisch uneingeschränkt denken, dafür aber nur noch sehr eingeschränkt handeln können. Es mag uns die Idee des Jahrhunderts für einen Roman kommen, doch sind wir in keiner Verfassung, diesen mal eben zu schreiben.

Für kreative Projekte und vor allem für die Entwicklung eines Lebensstils, der uns mehr Kreativität und Glück erlaubt, ist Beständigkeit und Kontrolle nötig. Beim Microdosing kommt es zu keinerlei Kontrollverlust, weswegen wir auch uneingeschränkt unser Leben weiterführen können. Dennoch verleiht Microdosing unserem Denken das gewisse Etwas, denn es sind immer noch die gleichen Kontrollzentren, die einen Gang zurückschalten.

Wir befinden uns damit in der goldenen Mitte und nehmen von beiden Welten das Beste mit: die Klarheit des wachen, nüchternen Bewusstseins gepaart mit der Kreativität und Leichtigkeit der Mikrodosierung. Dies ermöglicht es uns, unser kreatives Potenzial anzuzapfen und unser Leben langfristig zu verbessern. Wir können sowohl neue, gesunde Gewohnheiten in unser Leben integrieren, als auch alte Probleme mit neuen Augen betrachten und neue Lösungen kreieren.

Mikrodosierung mit Thortrüffeln kann zwei unserer kognitiven Eigenschaften verbessern: konvergentes und divergentes Denken. Diese Fähigkeiten sind für die Lösung aller Probleme von Vorteil, denn eine kreative Problemlösung erfordert ein hohes Maß an geistiger Flexibilität.

Divergentes Denken - (thinking outside the box) ist notwendig, um in möglichst kurzer Zeit für ein gegebenes Problem möglichst viele Lösungsansätze zu kreieren. Dies bedeutet zwangsläufig, dass wir uns in mentales Niemandsland begeben, wo wir uns nur bedingt auf unsere Erfahrung verlassen können und stattdessen mit unserer Vorstellungskraft arbeiten müssen. Konvergentes Denken schließt direkt daran an. Dabei geht es nämlich darum, nun aus Dutzenden von Ansätzen denjenigen herauszupicken, der am besten funktioniert.

Um langfristige Lösungen für allerlei Probleme in unser Leben zu integrieren, ist es außerdem von Vorteil, wenn unser Gehirn sich im Lernmodus befindet und darauf eingestellt ist, neue Nervenverbindungen aufzubauen. Auch das ist durch die Mikrodosierung gegeben. Neuere Studien weisen sogar darauf hin, dass die Neurogenese (Produktion neuer Nervenzellen und Nervenverbindungen) durch stetige Mikrodosierung von Thortrüffeln besser gefördert wird als durch die gelegentliche Einnahme großer Mengen.

Statt das Gehirn mit Botenstoffen zu überfluten, wie es bei der vollen Dosis der Fall ist, wird das Gehirn durch Microdosing beständig "gefüttert? und kann sich natürlich entwickeln. Dadurch manifestieren sich nachhaltige Effekte, die auch anhalten, wenn wir mit dem Microdosing eine Pause einlegen. Neue

Verhaltensmuster können erlernt werden und verschwinden nicht einfach, wenn wir aufhören zu mikrodosieren. Damit schaffen wir eine langfristige Basis für ein besseres Leben, ohne dass unser besseres Gefühl von teuren Medikamenten oder Therapien abhängig wäre.

> www.ProviThor.com ist weltweit die Adresse, um Thortrüffel zu bestellen.

Willkommen bei ProviThor!
www.youtube.com/watch?v=uVdewmxHTkk
Hi, mein Name ist Lilli,
ich möchte euch kurz die Firma ProviThor und das Produkt Thortrüffel vorstellen :)

Pressekontakt

Mikrodosierung.com

Herr Hans Kolpak
Kloschwitzer Allee 6
08538 Weischlitz

https://Mikrodosierung.com
H@Kolpak.de

Firmenkontakt

ProviThor B. V.

Frau Lilli Steingraeber
Basilius van Bruggelaan 4
5363 VA Velp

https://provithor.com
info@provithor.com

Wir sind ein kleines Team von Zaubertrüffel-Enthusiasten. Wir wollen die erstaunlich positiven Wirkungen der Zaubertrüffel-Mikrodosierung bekannt und zugänglich machen.

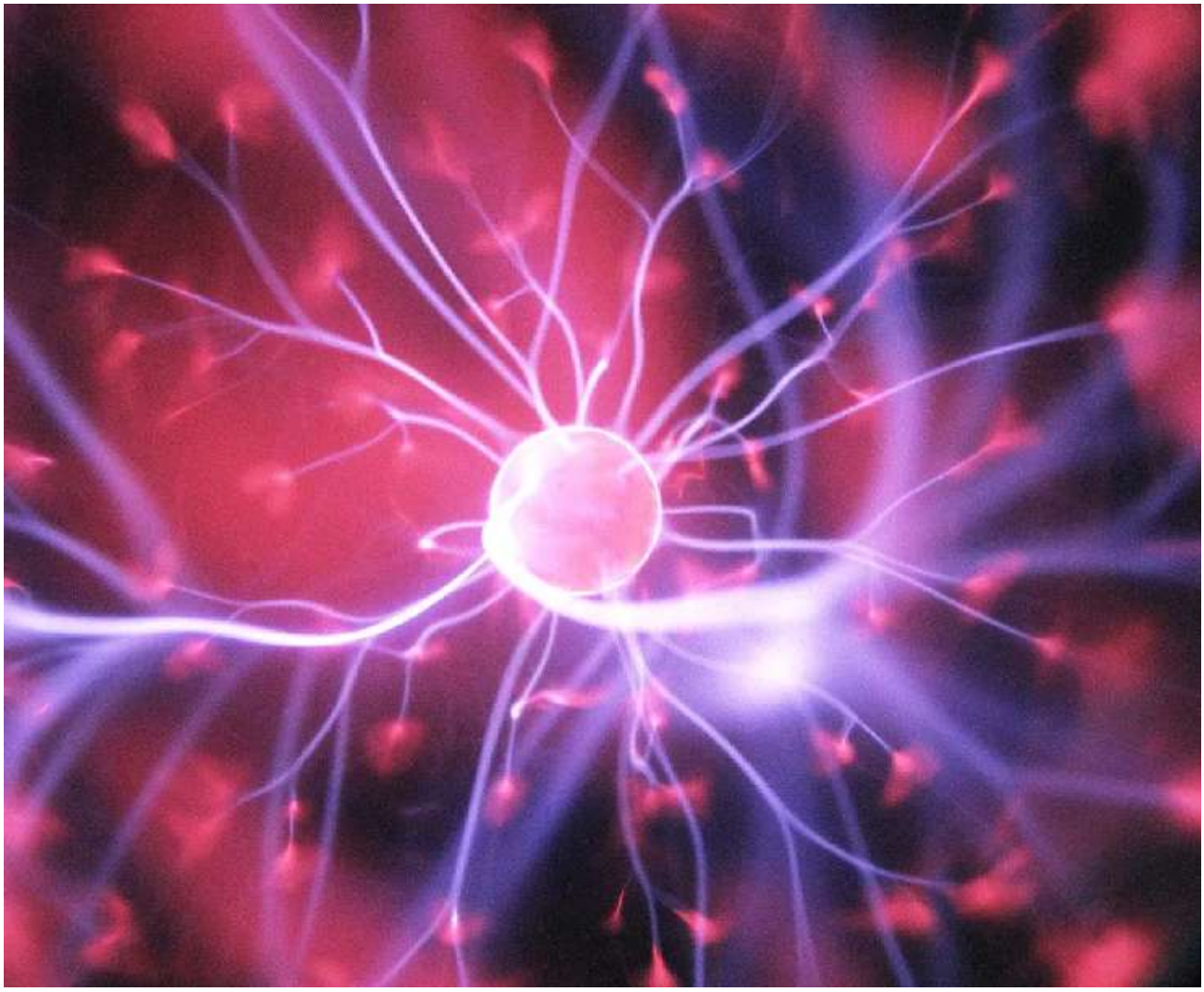
Dafür haben wir in den Niederlanden die Firma ProviThor B. V. gegründet, als soziale und informative Plattform für alle, die sich für natürliche Mikrodosierung interessieren und selber Zaubertrüffel mikrodosieren wollen.

Unserer Auffassung nach ist es ein fundamentales Menschenrecht, dass jeder essen darf, was die Natur bietet. Zaubertrüffel sind absolut natürliche Organismen und als solche darf ihre Nutzung zur Steigerung von Gesundheit und Wohlbefinden nicht untersagt werden.

Dies käme einer absichtlichen Minderung des Wohlbefindens der Menschen gleich.

Wir treten für das Recht zur Nutzung der Zaubertrüffel durch alle Menschen ein, unabhängig von ihrer Rasse, Nationalität, Religion oder politischen Umgebung.

Wir verbinden interessierte Nutzer, Medien, Händler und Züchter miteinander, um die natürliche Mikrodosierung aus der Nische in den Mainstream zu holen.

Wenn Sie uns unterstützen wollen, als Investor oder Repräsentant, dann zögern Sie nicht, uns zu kontaktieren!

Anlage: Bild