

OPERÁCIA BIO HACKER • UČITEĽ



sensor 5.6 mmol/L

Niektorí čakajú, kým sa svet zmení. Iní sa naučia fungovať aj vo svete, ktorý nie je spravodlivý.

Aj to je DM1.

Diabetes človeka rýchlo naučí jednu lekciu: je zbytočné hádať sa s realitou. Oveľa užitočnejšie je pochopiť ju a naučiť sa v nej žiť.

To nie je rezignácia. To je adaptácia.

A práve to je na projekte Bio hacker jedinečné.

Nie 'diabetes je dar'.

Nie 'diabetes robí ľudí silnejšími'.

Ale:

Diabetes je náročný učiteľ. Nie každý sa od neho naučí to isté. Ale ak sa človek naučí disciplíne, zodpovednosti a schopnosti prispôbiť sa, tieto vlastnosti mu zostanú aj ďaleko za hranicami liečby.

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7

OPERÁCIA BIO HACKER • PÁN



sensor 5.6 mmol/L

Biohacker: Ak chceš byť pánom svojho diabetu, prestaň žiadať o povolenie.

Začni brať zodpovednosť.

Prestaň žiadať o pochopenie.

Začni brať kontrolu.

Diabetes nie je o prosbách.

Je o tom, kto je tu pán.

Prestaň žiadať. Začni brať.

Kontrolu. Zodpovednosť. Život.

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7

OPERÁCIA BIO HACKER • HRDOŠŤ

 sensor 5.6 mmol/L

A o tom je tá hrdosť.

Nie si hrdý preto, že je to ľahké. Si hrdý preto, že robíš každý deň niečo extrémne ťažké a aj tak makáš, žiješ, športuješ, funguješ.

DM1 ťa naučí 3 veci, ktoré slaboch nikdy nepochopí:

1. Disciplína > motivácia. Motivácia príde a odíde. Rutina ostáva. Merať, vedieť, konať.
2. Zodpovednosť. Nikto to za teba nevyrieši. Tvoje telo, tvoja hra, tvoje pravidlá.
3. Pokora a sila zároveň. Vieš, že jeden deň ťa vie zložiť, ale aj tak vstaneš a ideš znova.

Takže áno. Žiadny súcit so slabochmi.

Ani so sebou samým, keď chceš fňukať.

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7

OPERÁCIA BIO HACKER • MÚDROŠŤ

 sensor 5.6 mmol/L

"Život s DM1 ma naučil, že nemusím každému vysvetľovať svoje rozhodnutia. Nie preto, že by som bol tajomný. Ale preto, že zodpovednosť za svoj život nesiem ja."

BIO HACKER:

Nie všetko, čo robím, potrebuje súhlas okolia.
Niekedý stačí, že viem, prečo to robím ja.

Pri DM1:

- nemusím vysvetľovať, prečo si meriam glykémiu,
- nemusím sa ospravedlňovať, že si podávam inzulín,
- nemusím sa cítiť neprijemne, keď si dám prestávku kvôli hypoglykémii.

Zdravie nie je predmet hlasovania. Múdri ľudia nemajú potrebu oznamovať každý plán.
Radšej ho potichu uskutočnia.

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7

OPERÁCIA BIO HACKER • HRDÝ BOJOVNÍK



sensor 5.6 mmol/L

Bio Hacker je hrdý bojovník!

DM1 je najtvrdší tréner, akého môžeš mať. Nepočúva výhovorky, nedá ti voľno, neodpustí ti slabú chvíľu. A práve preto ťa urobí silnejším ako 99% ľudí okolo.

Slaboch sa sťažuje. Bojovník hľadá riešenie.

Vysoký cukor? Nerieš prečo si zlyhal, rieš čo urobíš teraz. Nízky? Zvládneš to, ideš ďalej.

Každý deň 24 hodín v službe, bez pauzy. Nikto iný to nevidí, ale ty vieš, čo to stojí.

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7

OPERÁCIA BIO HACKER



sensor 5.6 mmol/L

Biohacker:

Ak chceš byť pánom svojho diabetu,
prestaň žiadať o povolenie.

Začni brať zodpovednosť.

Prestaň žiadať o pochopenie.

Začni brať kontrolu.

Diabetes nie je o prosbách.

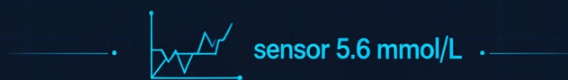
Je o tom, kto je tu pán.

Prestaň žiadať. Začni brať.

Kontrolu. Zodpovednosť. Život.

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7

OPERÁCIA BIO HACKER



“DM1 ťa naučí byť hrdým. Nie preto, že je to ľahké.
Ale preto, že musíš hľadať riešenia, keď iní
hľadajú výhovorky.”

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7

OPERÁCIA BIO HACKER



sensor 5.6 mmol/L

Diabetes nie je hádanka. Nie je ani lotéria. Je to systém, ktorému sa dá postupne porozumieť. Čím lepšie rozumiete súvislostiam, tým menej hádate a tým viac robíte vedomé rozhodnutia.

Lebo Bio hacker nie je o tom, že človek 'hackne' svoje telo nejakým trikom.

Je o tom, že sa naučí:

- pozorovať,
- rozumieť,
- rozhodovať sa,
- vyhodnocovať,
- opakovať.

DISCIPLÍNA • DÁTA • ZODPOVEDNOSŤ • 24/7