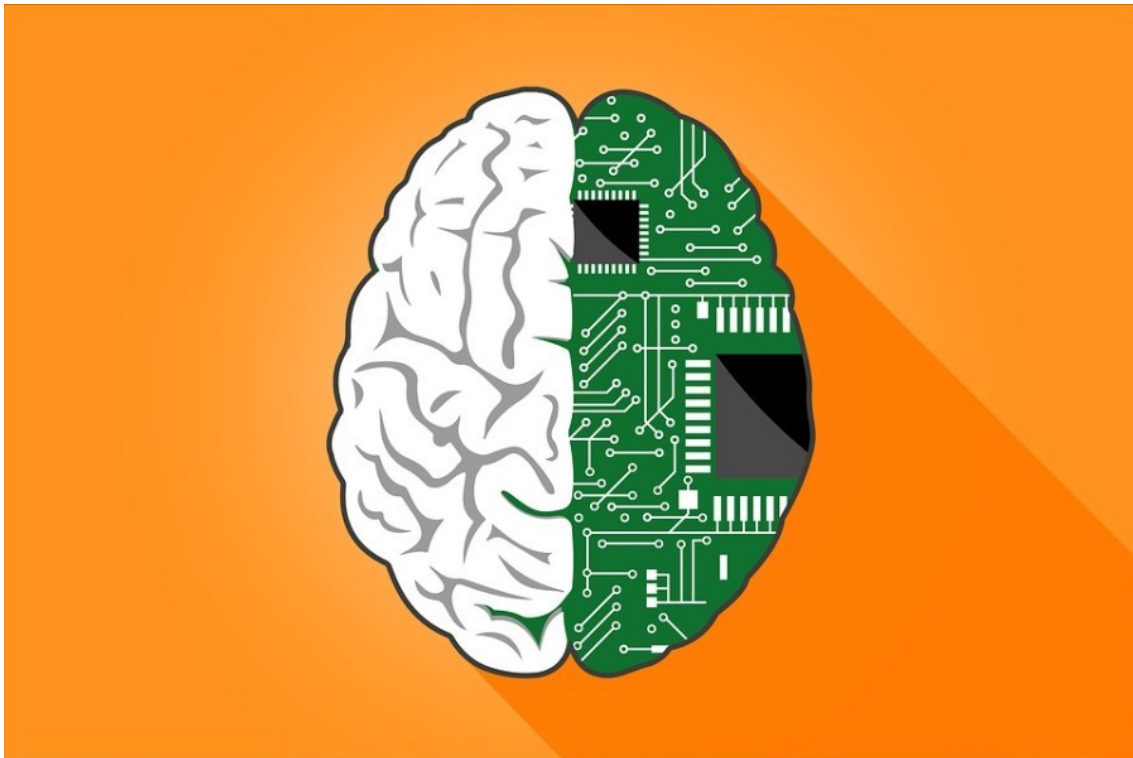




HOW TO IMPROVE BRAIN MEMORY WITH DIGITAL MEMORY



During almost 25 years of journalism, I wrote some 19,360 articles, notes, interviews and chronicles; Due to that training I have the ability to write a book per month. I came to not need the recorder, I wrote the reports from memory, I concentrated and remembered perfectly all the dialogue, the questions and the answers. I used to do unabridged tabloid page stories and redacting in no time. My journal record was writing 8 full pages in 6 hours.

Records as a writer: I published 93 books (translated into more than 8 languages), in 3 years, 29 in 2019, 10 in 2020 and 54 in 2021, from March 2019 to March 2022. An average of more than 30 books per year. I also wrote "Opción Cero" and then "Gaia Maligna" in just one day. Whereas for the "First turn in the wheel of the modern Holy Dharma" it took me 3 hours.

Between April 21, 2021 and May 21 of the same year, I wrote 11 books, not allowing time for them to be published.

Other writers have taken more than 30 years to be able to write more than 90 books. It took me just over 10% of that time.

I have written 108 books so far. An average of 300 are scheduled, including series on science, meditation, Buddhism, astrophysics, neuroyoga, etc., and movie scripts.

For each book I write I read between 50 to 100 books and documents. Since I write an average of 30 books per year, this makes an average reading of 1,500 to 3,000 per year. In 2021 I wrote and published 54 books, counting two that I canceled and redid. Now my new goal is to be able to write 100 books per year to get closer to my goal of completing the scheduled series.

What is the secret of my method? Meditate and access superconscious states, entering a state of coherent alpha synchronization in both cerebral hemispheres and learning to process information at quantum speed. This is possible with the techniques I developed in "Synaptic Meditation" and in "MinfulAction: Sophia Technique, scientific meditation", which can be downloaded from my Amazon page.

But how do I do it, what is the secret, how do I use the capacity of my memory and concentration?

I practice meditation since I was 16 years old. One of the techniques I mastered was visualization. In a state of complete concentration and abstraction, he used to remember some moment of the day walking through the streets of the city. Then I saw myself in 3D, in full color and in omnivision, I could see all the details of the environment all around me, on all four sides, that my subconscious and unconscious minds had registered.

It was through this basic training that later in writing and journalism I learned to write with my mind in a lucid subconscious state. In other words, write without thinking, letting the subconscious mind, the subconscious memory do all the work, and do it very quickly.

Thanks to my great power of concentration, I was able to abstract myself from the precariousness of the newspaper's newsroom, where all the journalists were crowded with their desks stuck one next to the other, people who passed from one side to the other, talking, shouting and so on. Etc

Many years later, becoming a writer and with the help of digital technology, I organize my task map, first collect information, create folders, use keywords and multi-level work.

That is, sometimes I work on several books at the same time. This reduces the depletion of my brain memory capacity, frees up a large part of its potential for other uses and relies on my digital memory, on my references and data compilations for each book. I generally search and download 50-100 books and documents for every new book I start working on and I read all of this documentation completely.

I use some notions of speed reading. But the fundamental thing that I have learned is to have perseverance and patience, in order to be able to move forward and conquer each small goal.

Now, with the advances that we are seeing coming with AIs, we will all be able to improve our capacity for work, organization, memory and production. AIs will assist us in all imaginable knowledge processes and will incredibly reduce creation times in any task.

CÓMO MEJORAR LA MEMORIA CEREBRAL CON LA MEMORIA DIGITAL

Durante casi 25 años de periodismo, redacté unos 19.360 artículos, notas, entrevistas y crónicas; debido a ése entrenamiento tengo capacidad para escribir un libro por mes. Llegué a no necesitar el grabador, escribía los reportajes de memoria, me concentraba y recordaba perfectamente todo el diálogo, las preguntas y las respuestas. Solía hacer notas de a una página tabloide íntegra y redactando en poco tiempo. Mi record en el diario fue escribir 8 páginas completas en 6 horas.

Récords como escritor: Publiqué 93 libros (traducidos a más de 8 idiomas), en 3 años, 29 en 2019, 10 en 2020 y 54 en 2021, de marzo 2019 a marzo 2022. Un promedio de más de 30 libros por año. Además escribí "Opción Cero" y luego "Gaia Maligna", en sólo un día. Mientras que para el "Primer giro en la rueda del moderno Sagrado Dharma" demoré 3 horas.

Entre el 21 de abril de 2021 al 21 de mayo del mismo año, escribí 11 libros, no dando tiempo a su edición.

Otros escritores han demorado más de 30 años en poder escribir más de 90 libros. Tardé poco más del 10% de ese tiempo.

He escrito hasta el momento 108 libros. Están programados un promedio de 300 incluyendo series sobre ciencia, meditación, budismo data, astrofísica, neuroyoga, etc, y guiones de películas.

Para cada libro que escribo leo entre 50 a 100 libros y documentos. Como escribo un promedio de 30 libros por año, esto hace un promedio de lectura de 1.500 a 3.000 por año. En el 2021 escribí y publiqué 54 libros, contando dos que di de baja y rehíce. Ahora mi nueva meta es poder escribir 100 libros por año para acercarme a mi objetivo de completar las series programadas.

¿Cuál es el secreto de mi método? Meditar y acceder a estados superconscientes, ingresando en estado de sincronización alfa coherente en ambos hemisferios cerebrales y aprendiendo a procesar información a velocidad cuántica. Esto es posible con las técnicas que desarrollé en "Meditación Sináptica" y en "MinfulAction: Técnica Sophia, la meditación científica", que pueden descargarse desde mi página Amazon.

Pero ¿cómo lo hago, cuál es el secreto, cómo uso la capacidad de mi memoria y concentración?

Practico meditación desde los 16 años. Una de las técnicas que dominé fue la visualización. En estado de completa concentración y abstracción solía recordar algún momento del día caminando por las calles de la ciudad. Entonces me veía en 3D, a todo color y en omnivisión, podía ver todos los detalles del entorno en todo mi alrededor, por los cuatro costados, que habían registrado mis mentes subconsciente e inconsciente.

Fue mediante este entrenamiento básico que luego al escribir y ejercer el periodismo aprendí a escribir con mi mente en estado subconsciente lúcido. Es decir escribir sin pensar, dejando hacer todo el trabajo a la mente subconsciente, a la memoria subconsciente y hacerlo en forma muy veloz.

Gracias a mi gran poder de concentración lograba abstraerme de las precariedades de la redacción del diario, donde todos los periodistas estábamos hacinados con los escritorios pegados uno junto al otro, personas que pasaban de un lado al otro, hablaban, gritaban y etc. etc.

Muchos años más tarde al convertirme en escritor y con la ayuda de la tecnología digital, organizo mi mapa de tareas, primero recopilo información, creo carpetas, utilizo palabras claves y trabajo en multinivel.

Es decir, en ocasiones trabajo sobre varios libros al mismo tiempo. Esto reduce el agotamiento de capacidad de mi memoria cerebral, libero gran parte de su potencial para otros usos y me apoyo en mi memoria digital, en mis referencias y recopilaciones de data para cada libro. Generalmente busco y descargo entre 50 a 100 libros y documentos por cada nuevo libro sobre el que comienzo a trabajar y leo toda esta documentación por completo.

Utilizo algunas nociones de lectura veloz. Pero lo fundamental que he aprendido es a tener perseverancia y paciencia, para así poder avanzar y conquistar cada pequeña meta.

Ahora, con los avances que estamos viendo llegar con las IAs podremos todos mejorar nuestra capacidad de trabajo, organización, memoria y producción. Las IAs nos asistirán en todos los procesos de conocimientos imaginables y reducirán increíblemente los tiempos de creación en cualquier tarea.

<https://www.amazon.com/author/robertoguillermogomes>

mayday.gaiateam@gmail.com

<https://mayday.live/investors-shareholders>

<https://mayday.live/campaign-of-gaia-team>



Architect **Roberto Guillermo Gomes**, CEO founder of Green Interbanks, creator of the initiative. Leader of **2% For The Planet**. Responsible for the sustainable projects area and financial

Architect•
Investment advisor•
Journalist•
Auctioneer and Public Broker•
Web designer•
Graphic designer•
fisherman sailor•
Master in Circular Economy and Sustainable Development (studying)•
Master's Degree in Quantum Computing and Artificial Intelligence (studying)•
Master in Web 3.0 Programming (studying)•
Master in E-Commerce•
Master in Astronomy and Astrophysics•
Master in Cognitive Neuroscience•
Master in Psychology
Master in Yoga•
Master in Acupuncture, Osteopathy and Therapeutic Yoga•
Master in Mindfulness and Relaxation in the Educational Field•
42 university and tertiary degrees

<https://www.linkedin.com/in/roberto-guillermo-gomes/>

Green.interbanks@gmail.com

Gomes is currently studying 4 master's degrees and other courses online, so by the end of 2023 it will add 50 university and tertiary degrees. At the end of 2024, he is scheduled to start his first doctorate in Neuroscience, and then he will do another 3. In the remainder of his life, he plans, God willing, to add 100 degrees to complete his academic and scientific training.