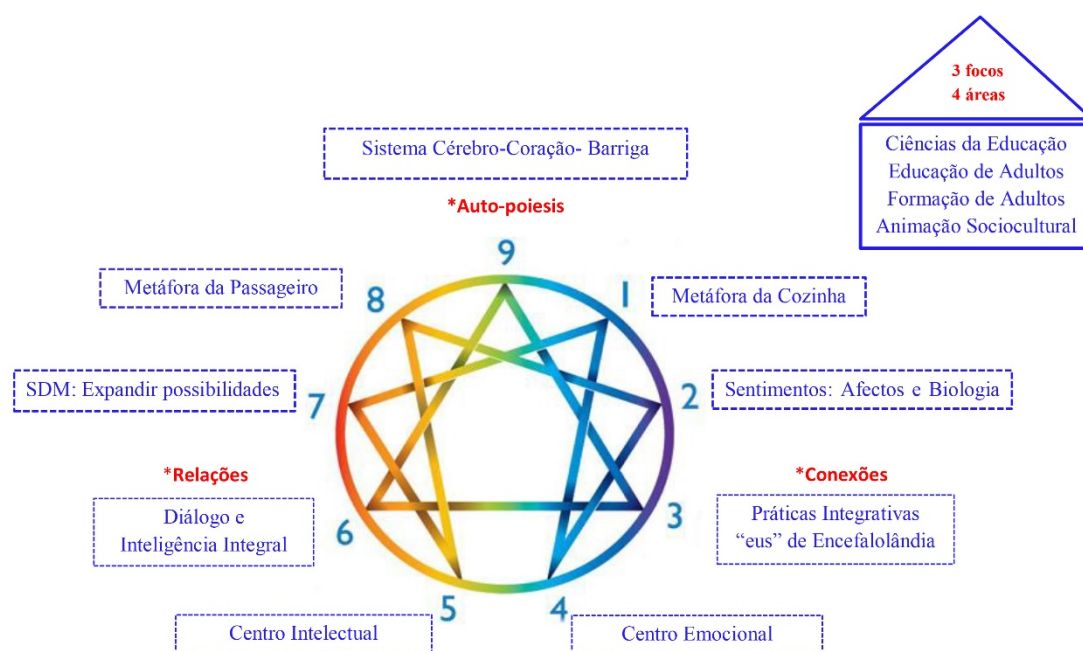


PROGRAMA

CÉREBRO, EQUILÍBRIO E BEM-ESTAR

PROF. ARLETE RODRIGUES



Objetivos 2023-2024:

- Estimular Coerência Cardíaca e Cerebral.
- Reconhecer na prática os comandos: autopoiesis, conexões e relações.
- Implementar práticas integrativas: trabalhar com 6 principais funções cognitivas.
- Usar o Diálogo para Aprimorar Cognição Social e promover Inteligência Integral.
- Através da Metáfora do Passageiro aumentar a capacidade de receber novas Impressões.
- Expandir possibilidades da Matriz dos Sonhos (SDM) e do Grupo de Reflexão dos Sonhos.
- Aprofundar como podemos digerir melhor, produtos resultantes do metabolismo da Percepção.
- Juntar aumentadamente dimensões múltiplas de Meaning para tornar o Diálogo mais substancial.
- Conhecer como entraram na história evolutiva os Sentimentos Primordiais sob a forma de Afetos.

- Ligar a Metáfora “eus” de inteligências parciais do Cérebro a uma perspectiva de Inteligência Integral.
- Observar como os Sentimentos constroem uma partitura musical que acompanha Pensamentos e Ações.
- Percecionar a natureza informativa dos Sentimentos e como são assistidos pelo cérebro, coração e barriga.
- Implementar práticas integrativas que retardem o envelhecimento e possibilitem expansão de capacidades.
- Criar conexões entre todos os Sistemas envolvidos permitindo “acoplamento, envolvimento e emaranhamento”.
- Compreender que assim como uma cozinha mistura alimentos o Cérebro mistura Percepções (metáfora da Cozinha).
- Permitir, no trabalho com a Matriz uma mudança da polaridade tradicional consciente- inconsciente para finito-infinito.
- Despertar para uma gama de frequências mais elevada usando os 3 Centros (Intelectual, Emocional e Instintivo-Motor).
- Transcender manifestações de inteligência parcial libertando o acesso unificador das partes mais inteligentes de si próprio.
- Entrelaçar e Ligar o Sistema Cérebro, Coração, Cabeça com os comandos que promovam a sua coerência e florescimento.
- Conhecer e compreender melhor o Cérebro (perspetiva sistémica) favorecendo auto-poiesis e auto-produção permanente.
- Melhorar capacidades de Visualização e absorver Impressões mais nutritivas e reais que ajudem a recolher frutos evolutivos.
- Reparar nos estados emocionais e mecanismos do condicionamento clássico. Fazer links entre Sentimentos, Biologia e Afetos.
- Conhecer a estrutura base do Centro Emocional. Ser consciente do seu potencial transformativo. Ativar a autoridade da mente.
- Conhecer a estrutura base do Centro Intelectual. Estimular gentileza, imparcialidade e compaixão no conhecimento de si próprio.
- Implementar união e expressão das funções Pensamento, Sentimento, Sensação e Intuição para aceder a Inteligência mais elevada.