

CORPO INTELIGENTE

MINDSET TRINCADO

VII Imersão
CIVIT

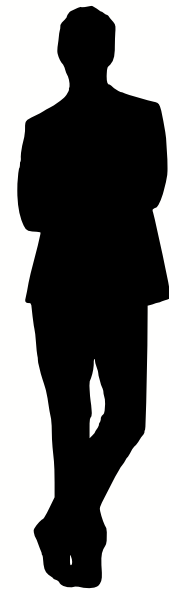
CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM



Como usar o poder da mente para se curar de uma doença considerada grave?



Como atrair uma pessoa específica?



Como criar sua economia no digital e aumentar a renda?

O objetivo geral do programa

CORPO INTELIGENTE MINDSET TRINCADO

é fazer você criar um novo cenário de vida através da expansão da sua consciência e da mudança de mentalidade.

VOCÊ ACREDITA QUE NÓS SOMOS OS CRIADORES DE 100% DA NOSSA REALIDADE?

"Não seja como aqueles que têm olhos que não veem e ouvidos que não ouvem. (Neville Goddard)."

**VOCÊ CONSEGUE LEMBRAR DE ALGUM
EVENTO MARCANTE QUE PARECE TER SIDO
CRIADO NA SUA IMAGINAÇÃO PRIMEIRO?**

CENÁRIOS POSSÍVEIS

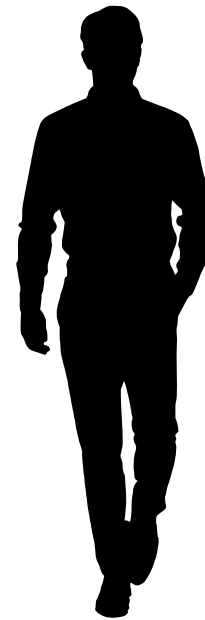
Cenário 1



Todas as coisas são aleatórias

Família
Sorte ou azar
Doença inesperada
Nossa vida depende dos outros

Cenário 2



Todas as coisas seguem leis

Família por atração
Causa e efeito
Mundo exterior é reflexo do interior
Podemos criar nossa realidade

**QUAL DESSES DOIS CENÁRIOS PARECE SER
UMA IDEIA DE DEUS?**

A CRIAÇÃO DIVINA ESTÁ CONSUMADA.



PILARES DA CIMT

- O modelo da CIMT é um guia prático para criação de um cenário de vida desejado (criação x desintegração)
- Todos os modelos são falsos, alguns são úteis
- Os resultados falam a verdade (Passo 12 - Versão 8)
- Somos o nosso único problema e a nossa única solução
- CIMT acredita em uma mentalidade de cooperação

BOB PROCTOR

A CIMT teve como ponto de partida o seu trabalho

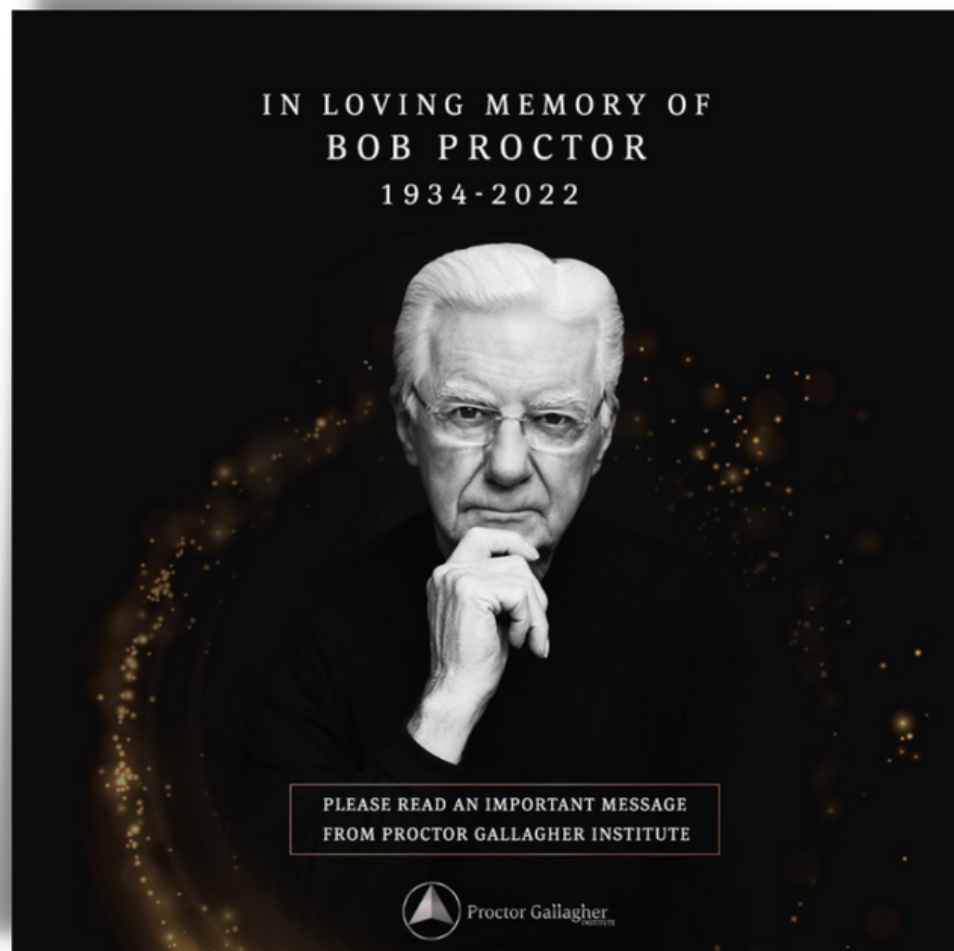
Ele reuniu importantes bibliografias relacionadas à mentalidade e às leis universais

O seu ponto de partida foi o livro Pense e Enriqueça do Napoleon Hill

Identificou a existência das 6 habilidades mentais que utilizamos hoje

Até os seus 87 anos, apresentou resultados expressivos, que demonstram a sua competência na aplicação dos conceitos que ensinou e ainda ensina

Seu trabalho foi e ainda é voltado para prosperidade financeira



JOE DISPENZA

Autor e especialista em neurociência

Teve sua coluna destruída em um atropelamento, enquanto participava de uma prova de bicicleta

Iniciou um processo de cura através da mente, tentando evitar a cirurgia

Reconstruiu a coluna sem tratamento cirúrgico

Hoje realiza workshops avançados e coleciona incontáveis casos de curas de doenças graves

Seu trabalho está focado na melhora da saúde e contempla a prática da meditação



GREGG BRADEN

Autor e professor de espiritualidade.
Formação como Geólogo e Engenheiro
Espacial

Nos últimos 30 anos, se dedicou a
investigação de mosteiros e templos remotos
de épocas passadas

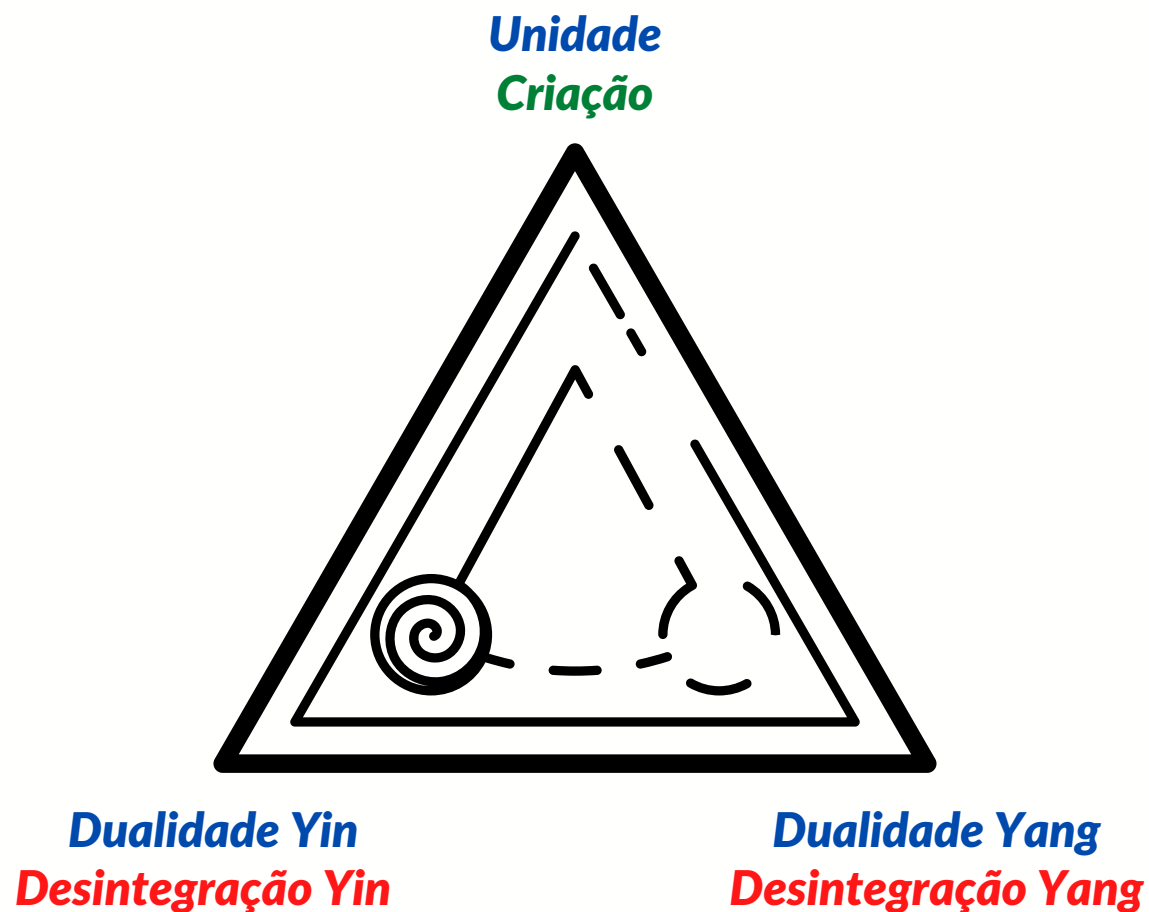
Reúne importantes estudos científicos, ainda
desconhecidos pela maior parte da sociedade

Seu trabalho está focado em unir a
espiritualidade e a ciência



**COMO CRIAMOS A REALIDADE
QUE DESEJAMOS VIVER?**

Vamos entender a estrutura básica da nossa existência física:



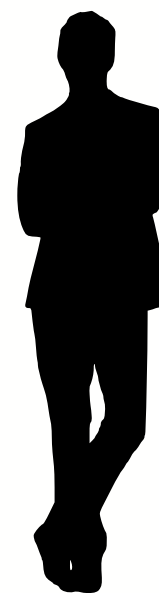
CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM



Corpo doente



Rejeitada por uma
pessoa específica
Sentimento de
solidão



Ganhando pouco e
com dívidas

OS CICLOS DE CRIAÇÃO DA NOSSA VIDA

Podemos dividir a busca por um objetivo ou a criação de qualquer realidade em 3 etapas: início, meio e fim, conforme mostra a figura abaixo:



Cada uma dessas etapas apresenta diferentes características, por isso é importante entendermos em qual delas nos encontramos.

Clareza, compreensão e abundância são os pensamentos que devemos nutrir na nossa mente para que a criação aconteça.

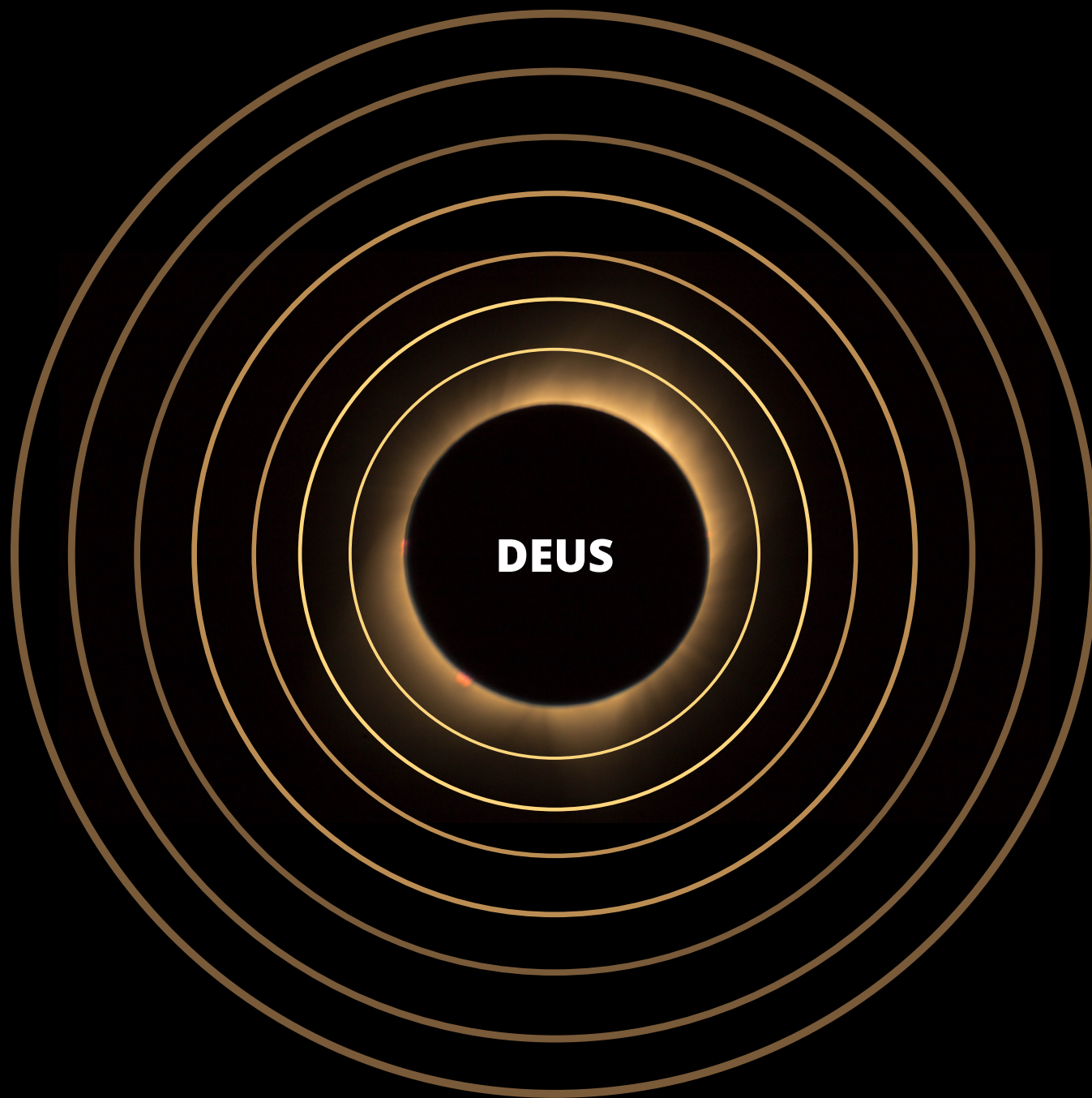
O ponto central do modelo da CIMT, é sempre um cenário de vida. Para você alcançar esse cenário, terá que se tornar a pessoa capaz de fazer isso. No fim, o ponto central é você.





OBJETIVO





Existem 3 virtudes que precisam estar presentes na nossa vida
(3 fases do voo):



CASCATA DO PENSAMENTO - INÍCIO DO CICLO



Nossa vida é sobre escolha.

O nosso grau de clareza está sempre expresso no espelho da vida.

CASCATA DO PENSAMENTO - MEIO DO CICLO

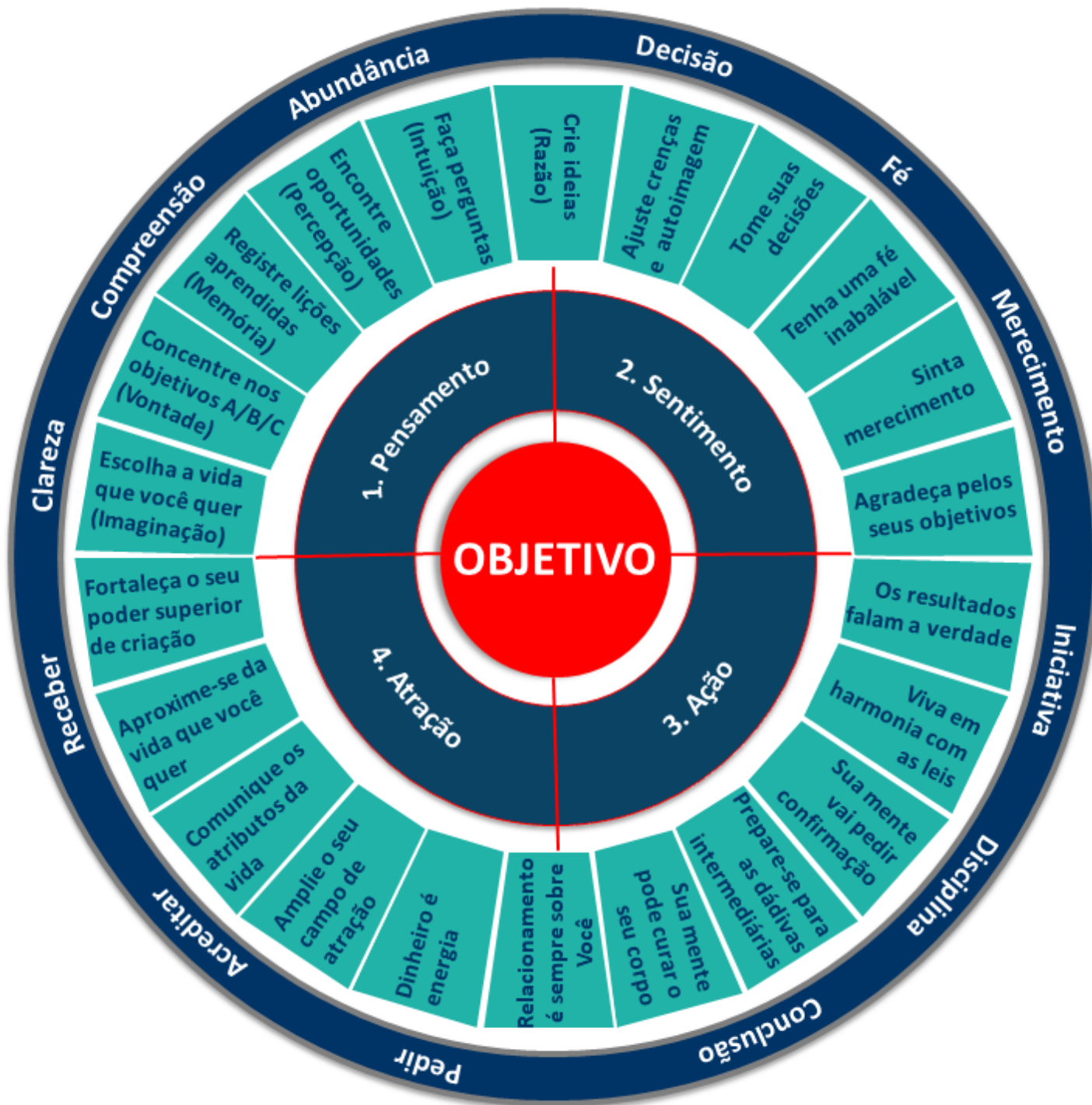


Tudo que escolhemos criar, depende de compreensão.
Existe uma **certa maneira** de conquistar o que você deseja.
O espelho da vida sempre reflete o nosso grau de compreensão

CASCATA DO PENSAMENTO - FIM DO CICLO



Nós podemos ter tudo o que realmente queremos.
Para isso, é necessário entrar em harmonia com a força criadora.
O espelho da vida sempre reflete o nosso grau de abundância.





O PODER DE PENSAR

"SOMOS SERES ESPIRITUAIS QUE TEMOS UMA MENTE E
VIVEMOS UMA EXPERIÊNCIA EM UM CORPO FÍSICO"

BOB PROCTOR

↓
PENSAMENTO
SENTIMENTO
AÇÃO E VIBRAÇÃO

A MATÉRIA É UMA DESACELERAÇÃO,
PARECE ESTAR PARADA

ILUSTRANDO O PODER DE PENSAR - PLANO ESPIRITUAL

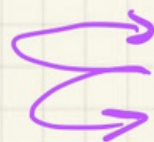
ILUSTRANDO O PODER DE PENSAR - PLANO ESPIRITUAL

- As frequências não infinitas

- Elas estão conectadas com as frequências imediatamente superiores e inferiores

- Quando subimos de frequência, tendemos à desestabilização.

- Quando tomamos uma decisão, mudamos de frequência.



PONTO DO MOMENTO

Como eu vivo
a melhor
situação?



Apenas das frequências num INFINITAS,
nós parecemos funcionar assim

No seu momento atual de vida , existem certezas
(melhores ou piores) Totalmente acessíveis.

Prepare-se para buscar as melhores possibilidades.

ILUSTRANDO O PODER DE PENSAR - PLANO ESPIRITUAL

Nova Mandi

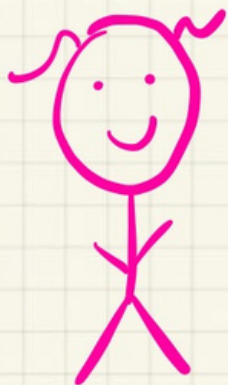


autoimagem alterada
crença alterada



Resultado
desejado

Mandi



autoimagem atual
crenças atuais



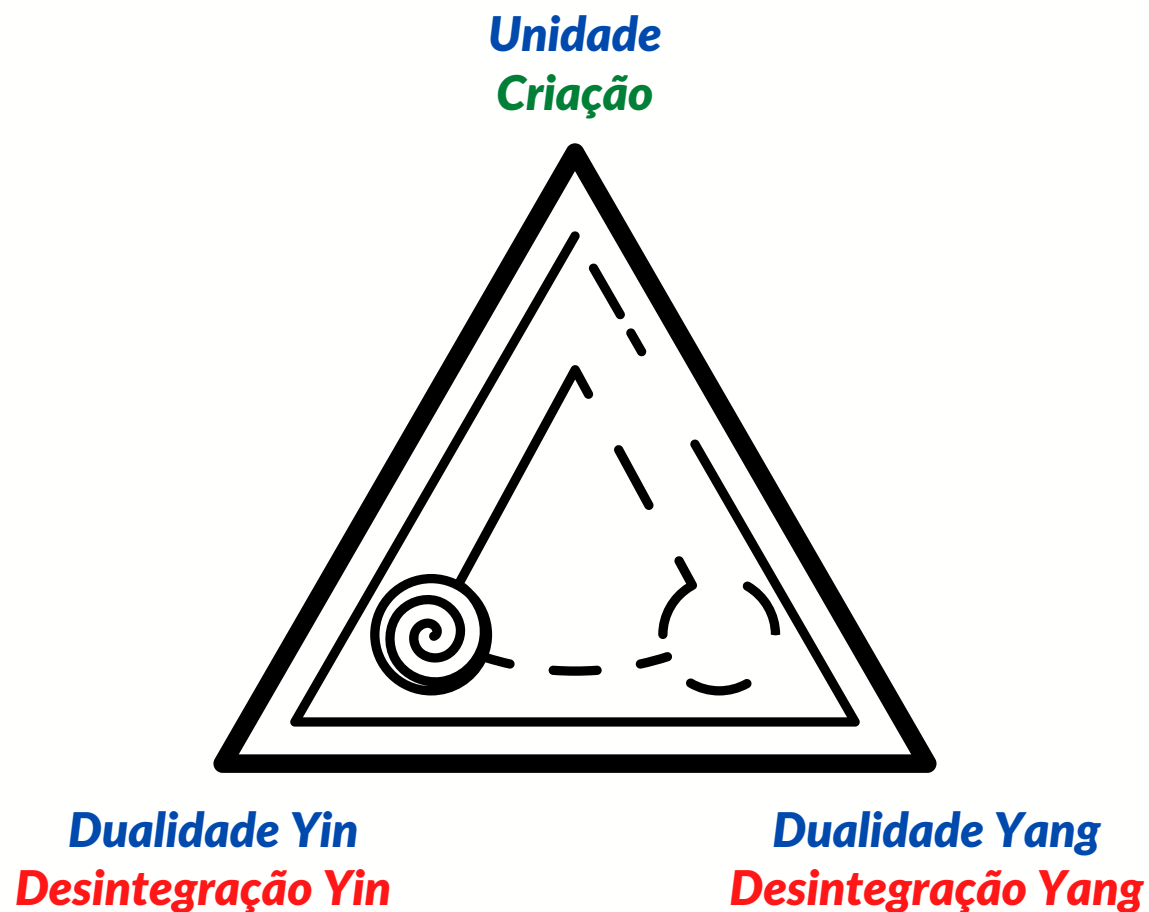
Resultado
atual

PONTOS RELEVANTES

- Podemos mudar de frequência em segundos, mas nos estabilizamos e permanecemos em uma que esteja em harmonia com as nossas crenças
- Uma pessoa pode se estabilizar em uma frequência quando pensa em dinheiro e em outra quando pensa em relacionamento e saúde, por exemplo
- A tentativa de se estabilizar em frequências mais elevadas demanda mudança de autoimagem, do contrário não conseguimos manter a energia Yin-Yang equilibrada, processo necessário para criar campo de atração

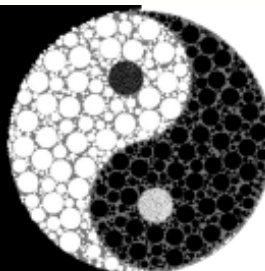
**O GRANDE DESAFIO É GANHAR
CAPACIDADE DE SE ESTABILIZAR EM
FREQUÊNCIAS CADA VEZ MAIS
ELEVADAS DE CRIAÇÃO**

Vamos entender a estrutura básica da nossa existência física





YIN



YANG



Feminino

Negativo

Preto

Sombra

Escuro

Noite

Lua

Água

Frio

Umidade

Morte

Outono/Inverno

Esquerda

Calma

Inativo/Parado

Cansaço

Mental

Masculino

Positivo

Branco

Luz

Claro

Dia

Sol

Terra

Calor

Secura

Vida

Primavera/Verão

Direita

Pressa

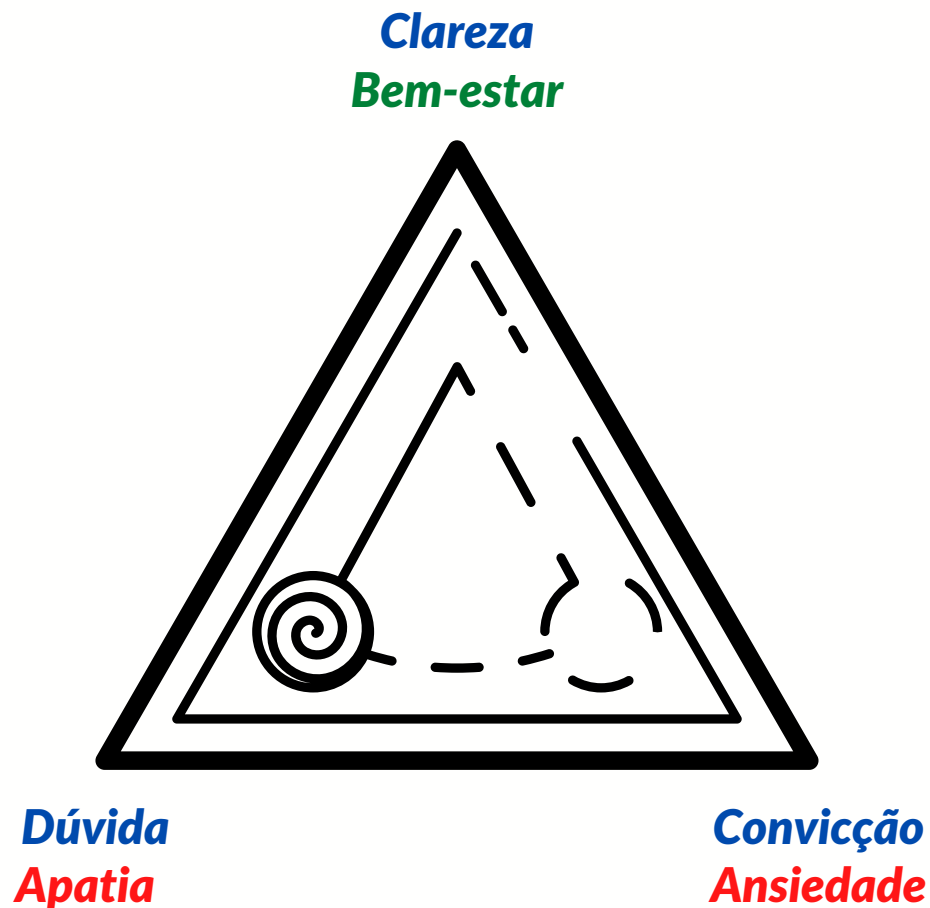
Ativo/ Movimentado

Disposição

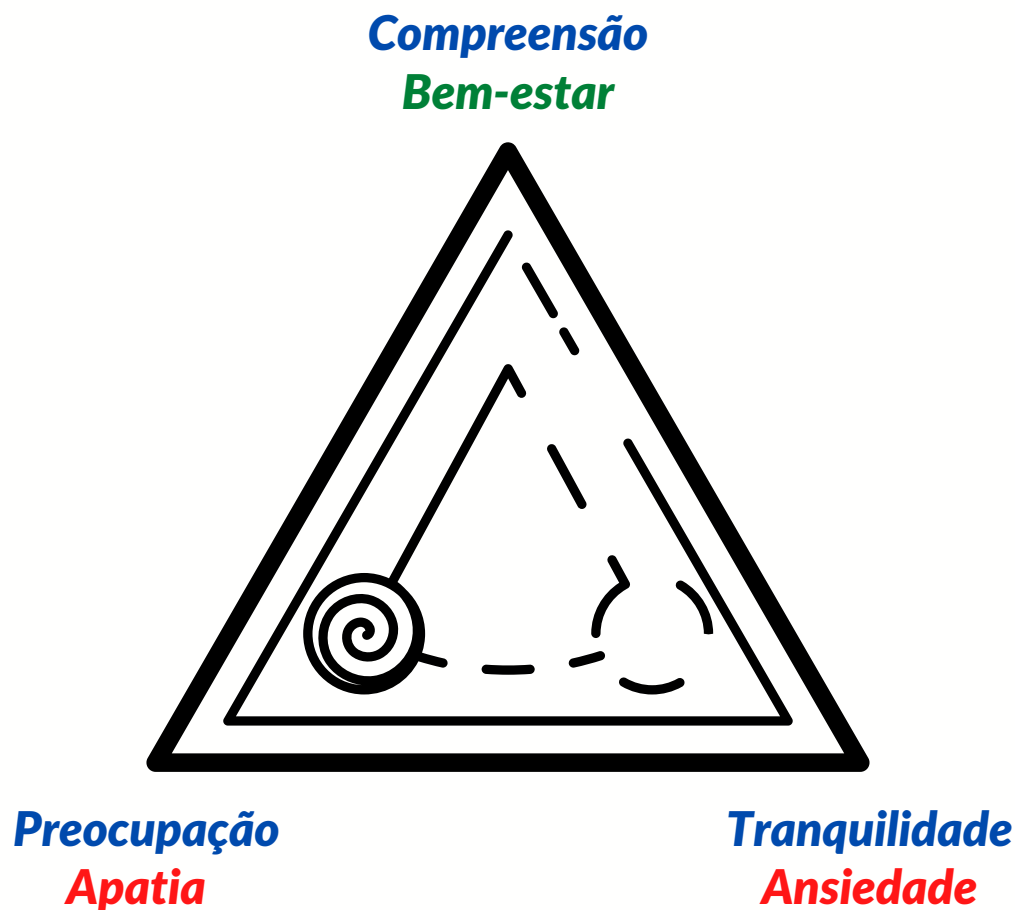
Físico



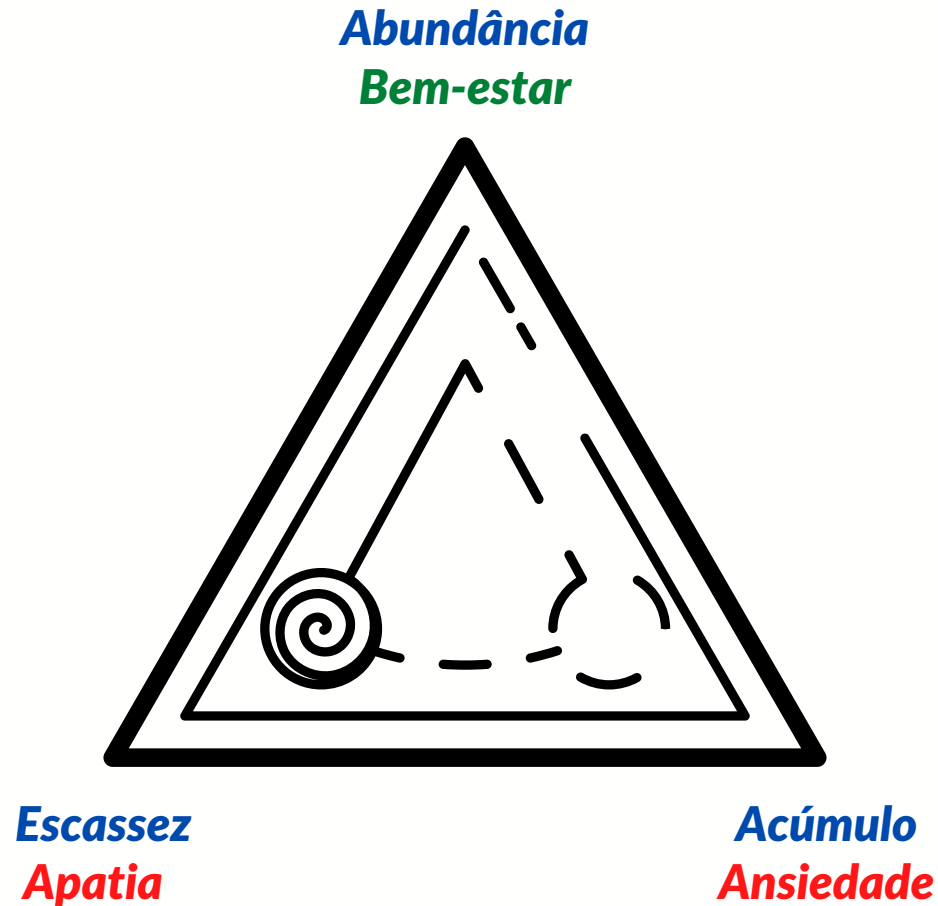
Os nossos pensamentos e sentimentos devem ser combinados, no grau correto, para formar virtudes



Os nossos pensamentos e sentimentos devem ser combinados, no grau correto, para formar virtudes



Os nossos pensamentos e sentimentos devem ser combinados, no grau correto, para formar virtudes



Você precisa, no pensamento, criar uma realidade (no momento presente), em que esse cenário de vida seja real. Isso inclui entender que esse objetivo desejado não é uma coisa final que você vai alcançar, mas sim uma realidade que você vive com riqueza de detalhes agora.

Essa realidade representa uma frequência de pensamento em que você tem total autonomia de permanecer, desde que você escolha fazer isso.

Dentro dessa frequência de pensamento, todas as respostas da certa maneira de fazer com que isso aconteça, estarão disponíveis para você.

Você precisa garantir um alinhamento com as leis (equilíbrio) para se conectar com a dádiva. Essa última etapa pode ser verificada com a sua capacidade de pensar nisso, ou não.

HABILIDADES MENTAIS NA ROTINA

Como você vai desdobrar isso no dia-a-dia:

- Cenário de vida desejado: usar os exercícios da CIMT (em algum momento do dia) para se projetar na realidade. Não é sobre o tempo que você dedica, é sobre a intensidade que você coloca.
- Cenário atual: você deve assumir o controle da sua realidade presente usando as 6 habilidades mentais para projetar o seu dia, à medida que você vive. Esse controle cria o link entre o cenário atual e o desejado. Suas 6 habilidades mentais servem como guia e seu corpo como um instrumento.

Em outras palavras, a nossa imaginação, na prática, deve contemplar o cenário (ainda distante) que desejamos viver e o hábito, ou seja, o caminho que acreditamos que nos conectará à imagem maior em algum momento, mesmo que ele não seja o definitivo ainda.
Nossa imaginação precisa disparar ações.

Algumas pessoas não se sentem estáveis no cenário atual de vida.

Se esse é o seu caso, projetar um cenário ainda mais desafiador, pode ser um grande problema.

O que você precisa, então, é desenhar o cenário em que você está agora, adicionando a ele, o bem-estar.

Isso vai acelerar os seus objetivos e te possibilitar avançar.

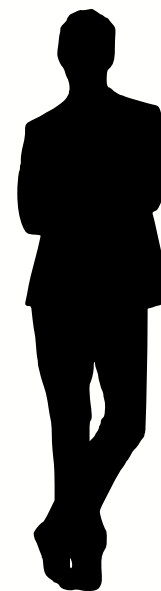
CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM



Como usar o poder da mente para se curar de uma doença considerada grave?



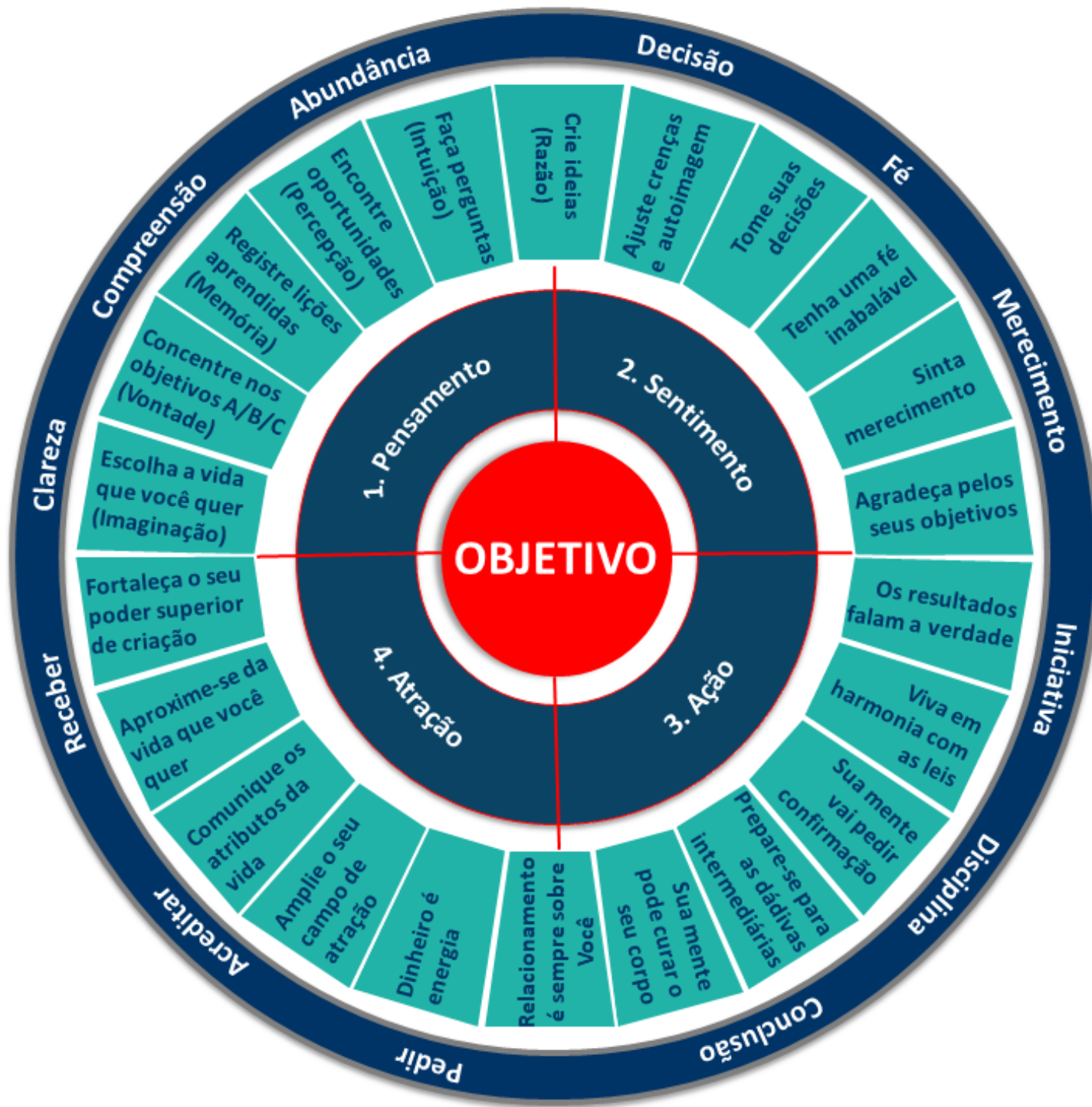
Como atrair uma pessoa específica?



Como criar sua economia no digital e aumentar a renda?

FORTALECIMENTO DAS HABILIDADES MENTAIS

SEMANA	EXERCÍCIO	FUNÇÃO
S1	IMAGINAÇÃO	DESENVOLVER SUA CAPACIDADE DE IMAGINAR ATRAVÉS DA DESCRIÇÃO DETALHADA DE UMA ROTINA TÍPICA
S2	VONTADE	ORGANIZAR OS PENSAMENTOS E CONSOLIDAR O PROCESSO DE IMAGINAÇÃO ATRAVÉS DE UMA LISTA DE OBJETIVOS
S3	MEMÓRIA	REALIZAR UMA LIMPEZA DA MEMÓRIA E COMEÇAR A UTILIZÁ-LA COMO ARMAZÉM DE LIÇÕES APRENDIDAS (CONECTAR AO ALVO)
S4	PERCEPÇÃO	MODIFICAR A FORMA COMO ENXERGAMOS O QUE ACONTECE, ASSUMINDO TUDO COMO BOM (CONECTAR AO ALVO)
S5	INTUIÇÃO	FOTALECER O ACESSO AO NOSSO PODER SUPERIOR E CAPTAR AS RESPOSTAS DESEJADAS (CONECTAR AO ALVO)
S6	RAZÃO	CONSOLIDAR IDEIAS, AVALIAR O SEU POTENCIAL E LAPIDAR PARA QUE VIABILIZEM A CRIAÇÃO



CRENÇAS CENTRAIS

- Não criamos 100% da nossa realidade. As coisas acontecem de forma aleatória e dependem do outro também
- Estamos separados
- A vida pode terminar a qualquer momento

AS CRENÇAS CENTRAIS DÃO ORIGEM À DIVERSAS OUTRAS CRENÇAS LIMITANTES

VAMOS INVESTIGAR UM POUCO SOBRE ELAS?
COMPLETE AS FRASES A SEGUIR:

DINHEIRO É...

MINHA ESPOSA/ MEU MARIDO É...

PARA GANHAR DINHEIRO PRECISO...

DEUS É...

EU SOU...



DOENÇAS ACONTECEM EM FUNÇÃO DE...

MUDANÇA É...

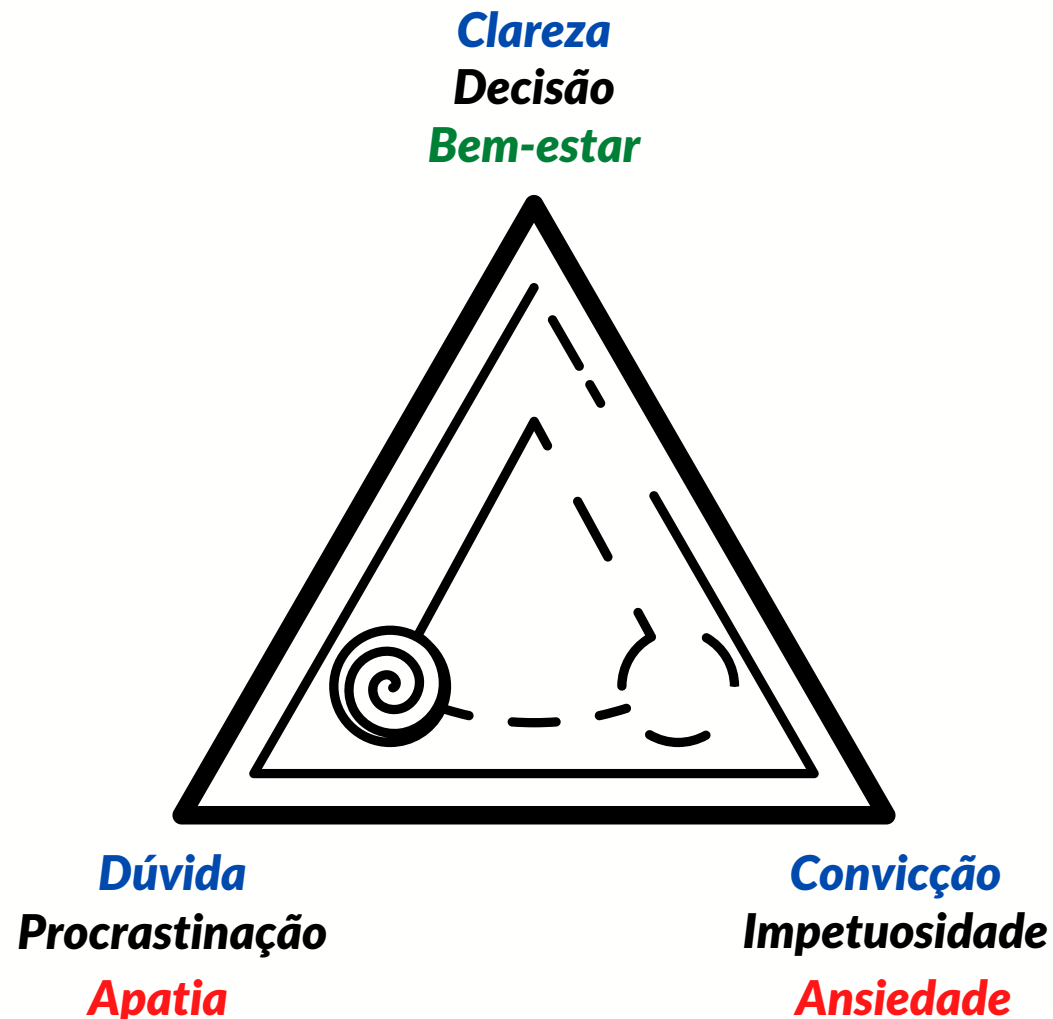
OS RECURSOS DO MUNDO SÃO...

ATRIBUTOS DA VIDA

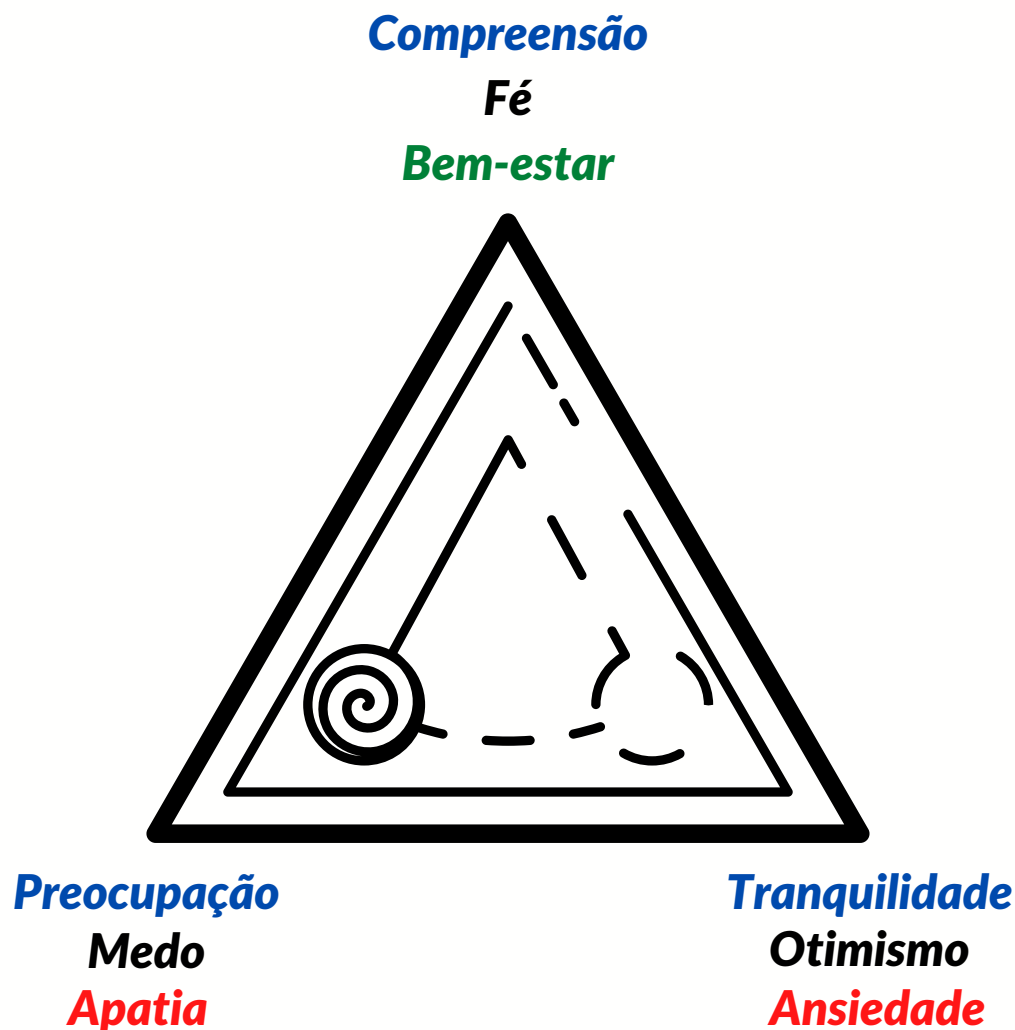
- Criamos a nossa realidade a partir das nossas crenças
- Estamos conectados
- Somos eternos

Esses são os pontos que tornam esse processo de mudança de mentalidade desafiador. Nós temos uma tendência de rejeitar aquilo que conflita com o que acreditamos. Além disso, o tempo acaba funcionando como uma cortina de fumaça.

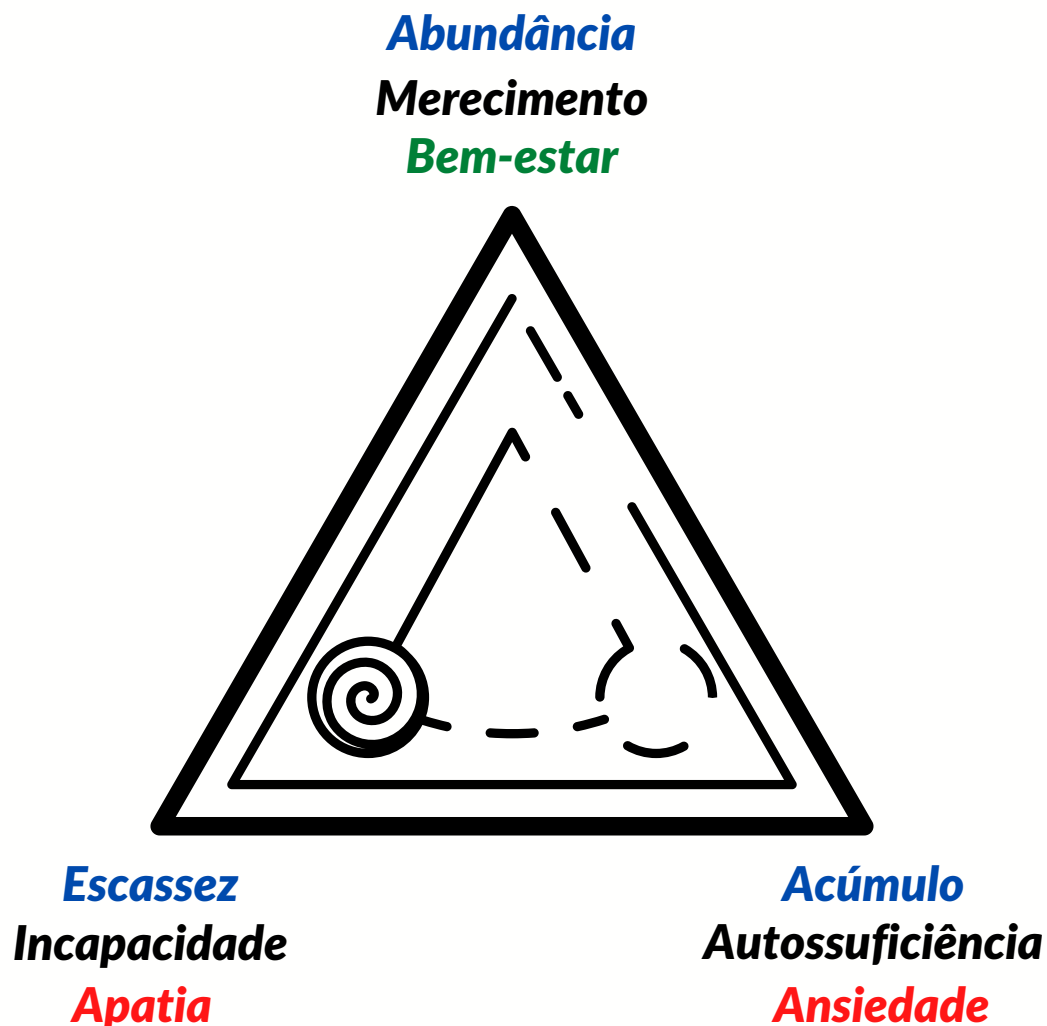
Os nossos pensamentos e sentimentos devem ser combinados, no grau correto, para formar virtudes:



Os nossos pensamentos e sentimentos devem ser combinados, no grau correto, para formar virtudes:



Os nossos pensamentos e sentimentos devem ser combinados, no grau correto, para formar virtudes:



Entender a Lei de Causa e Efeito é perceber que na nossa vida a criação é uma dádiva que acontece sempre que produzimos as causas necessárias.



Não existe criação sem Criador.

Ralph Waldo Emerson disse que a Lei de Causa e Efeito é a Lei das Leis.

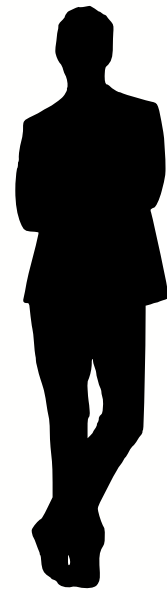
CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM



Como usar o poder da mente para se curar de uma doença considerada grave?



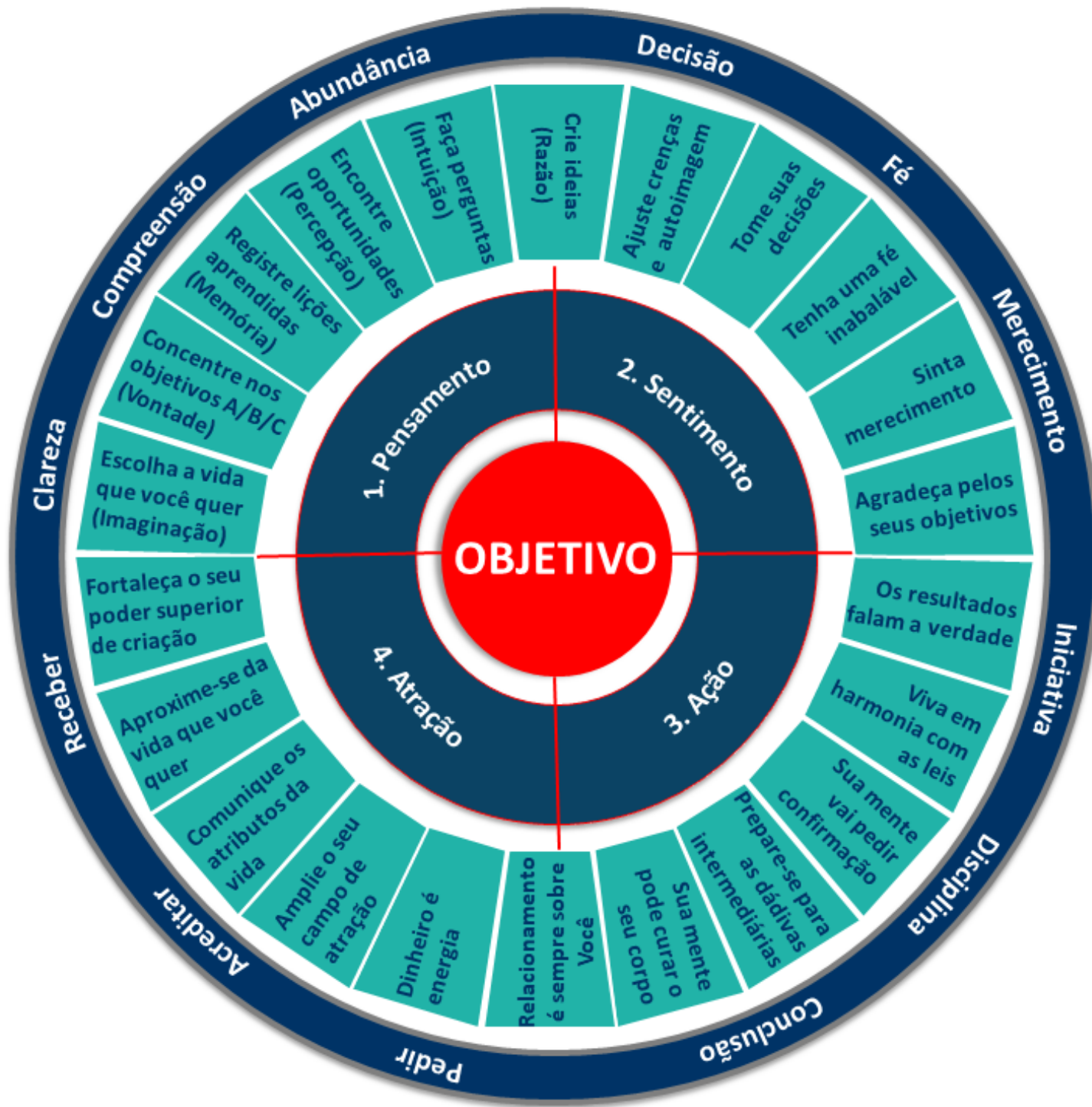
Como atrair uma pessoa específica?



Como criar sua economia no digital e aumentar a renda?

MUDANÇA DE AUTOIMAGEM

SEMANA	EXERCÍCIO	FUNÇÃO
S1	OBJETIVO DE REFERÊNCIA	REFORÇAR A LISTA DE OBJETIVOS QUE SERVIRÁ DE REFERÊNCIA PARA O AJUSTE DE AUTOIMAGEM E CRENÇAS
S2	PERSONAGEM	ESTABELECEMOS QUEM É A PESSOA QUE ESTÁ EM HARMONIA COM O CENÁRIO DE VIDA QUE DESEJAMOS CRIAR
S3	QUEIMA DE CRENÇAS	LISTAR E QUEIMAR AS CRENÇAS QUE NOS IMPEDEM DE NOS TORNARMOS A PESSOA QUE DESEJAMOS SER (NOSSA NOVA VERSÃO)
S4	CUIDE DOS DETALHES	TREINAR A NOSSA MENTE ATRAVÉS DOS PEQUENOS DETALHES DA ROTINA, PRINCIPALMENTE NA CAPACIDADE DE CONCLUIR E LAPIDAR AS COISAS
S5	RELAXAMENTO E IMAGINAÇÃO DO HÁBITO	ASSUMIR CONTROLE DO NOSSO CENÁRIO ATUAL DE VIDA, CRIAR UMA COERÊNCIA ENTRE O QUE IMAGINAMOS O QUE O NOSSO NÍVEL EMOCIONAL DEFINE QUE O NOSSO CORPO DEVE FAZER



Cabe destacar que não existe uma separação do EU, todas essas são formas didáticas que visam aumentar a compreensão de nós mesmos.

O subconsciente é responsável por tudo que acontece na nossa vida, uma vez que ele consolida crenças e autoimagem, definindo hábitos e comportamentos e a vibração do corpo.

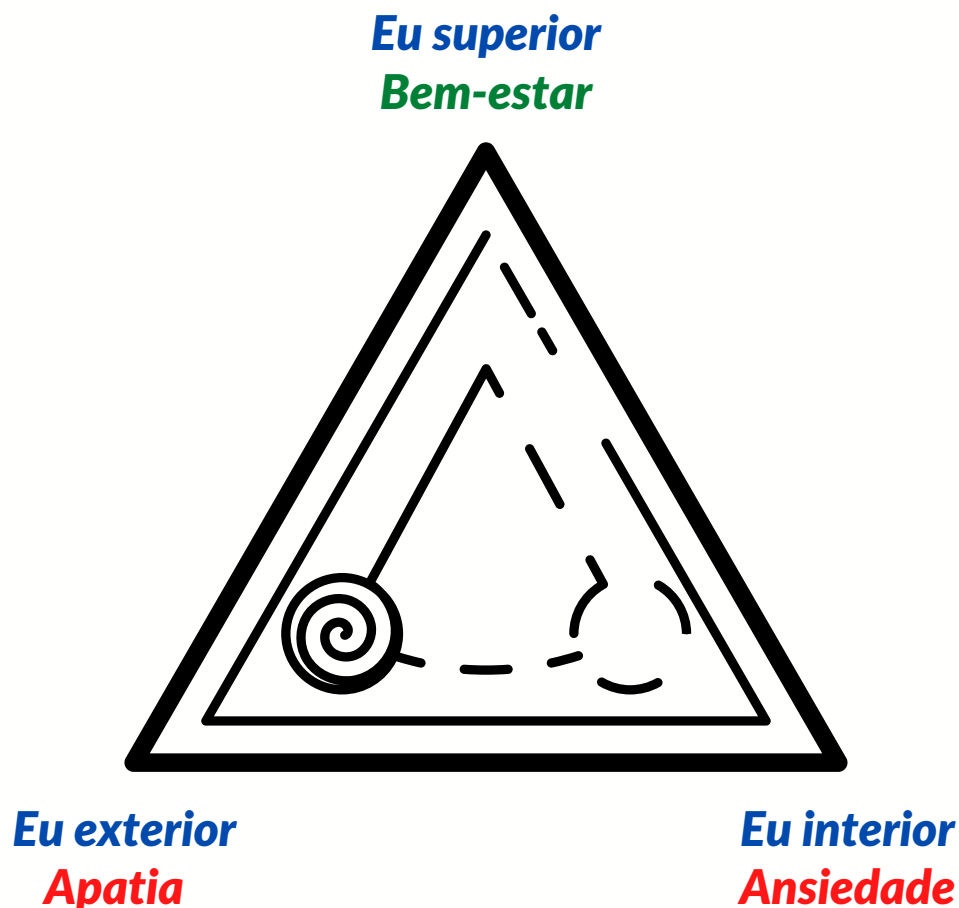
O objetivo aqui é abrir o subconsciente e entender como ele se reflete no corpo, de forma que as mudanças estejam cada vez mais sob o nosso controle.

O subconsciente funciona como uma sala de reunião com dois atores:

EU (EGO) INTERIOR e o EU (EGO) EXTERIOR

Vamos entender agora como isso pode ser observado no corpo físico:

Nossos pensamentos e sentimentos podem ser pautados exclusivamente no eu interior, no eu exterior ou no equilíbrio entre essas partes do eu:



Nossas escolhas devem nos elevar em direção ao Eu superior

TABULEIRO DAS EMOÇÕES SUBCONSCIENTES

EU INTERIOR

ÁRVORE DO MERECIMENTO

EM RELAÇÃO AO AMBIENTE:

As lentes com que eu enxergo o mundo (habilidades mentais)

EM RELAÇÃO AOS OUTROS:

filtro que eu utilizo para guiar minhas ações

EM RELAÇÃO A MIM MESMO:

ampliação/expansão das emoções que eu carrego

EU EXTERIOR

ÁRVORE DO MEDO

EM RELAÇÃO A MIM MESMO:

medo de não atender os próprios padrões

EM RELAÇÃO AOS OUTROS:

medo de não atender padrões sociais

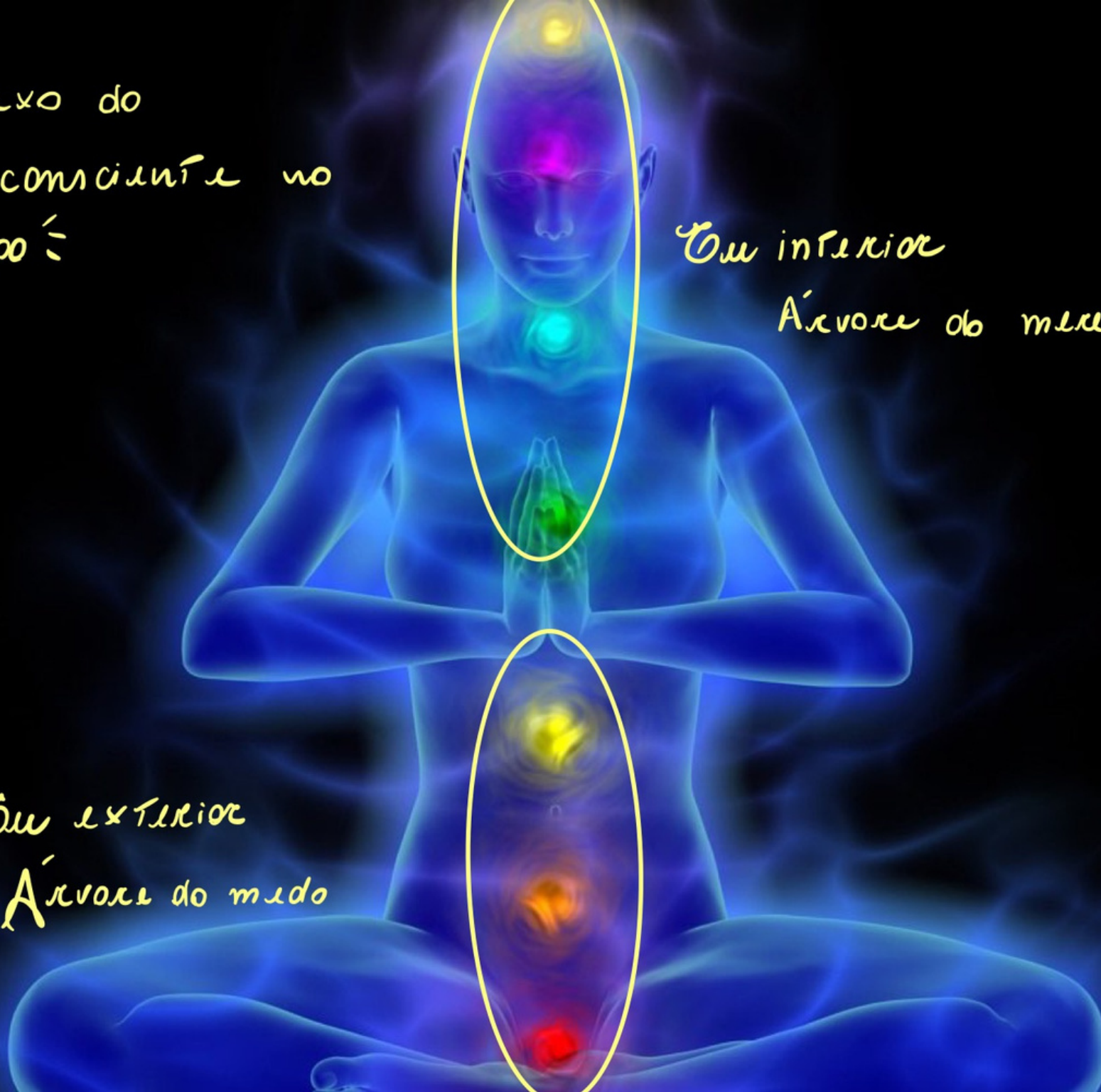
EM RELAÇÃO AO AMBIENTE:

medos básicos vinculados à sobrevivência

Reflexo do
Subconsciente no
corpo:

Um interior
Árvore do crescimento

Um exterior
Árvore do medo





Relacionamento
Com o ambiente

Segurança

Medos básicos
Vinculados à sobrevivência

1. Pobreza
2. Integridade física
3. Doença
4. Valhida
5. Morte

Insegurança

Excesso de
Confiança

On exterior
Árvore do medo



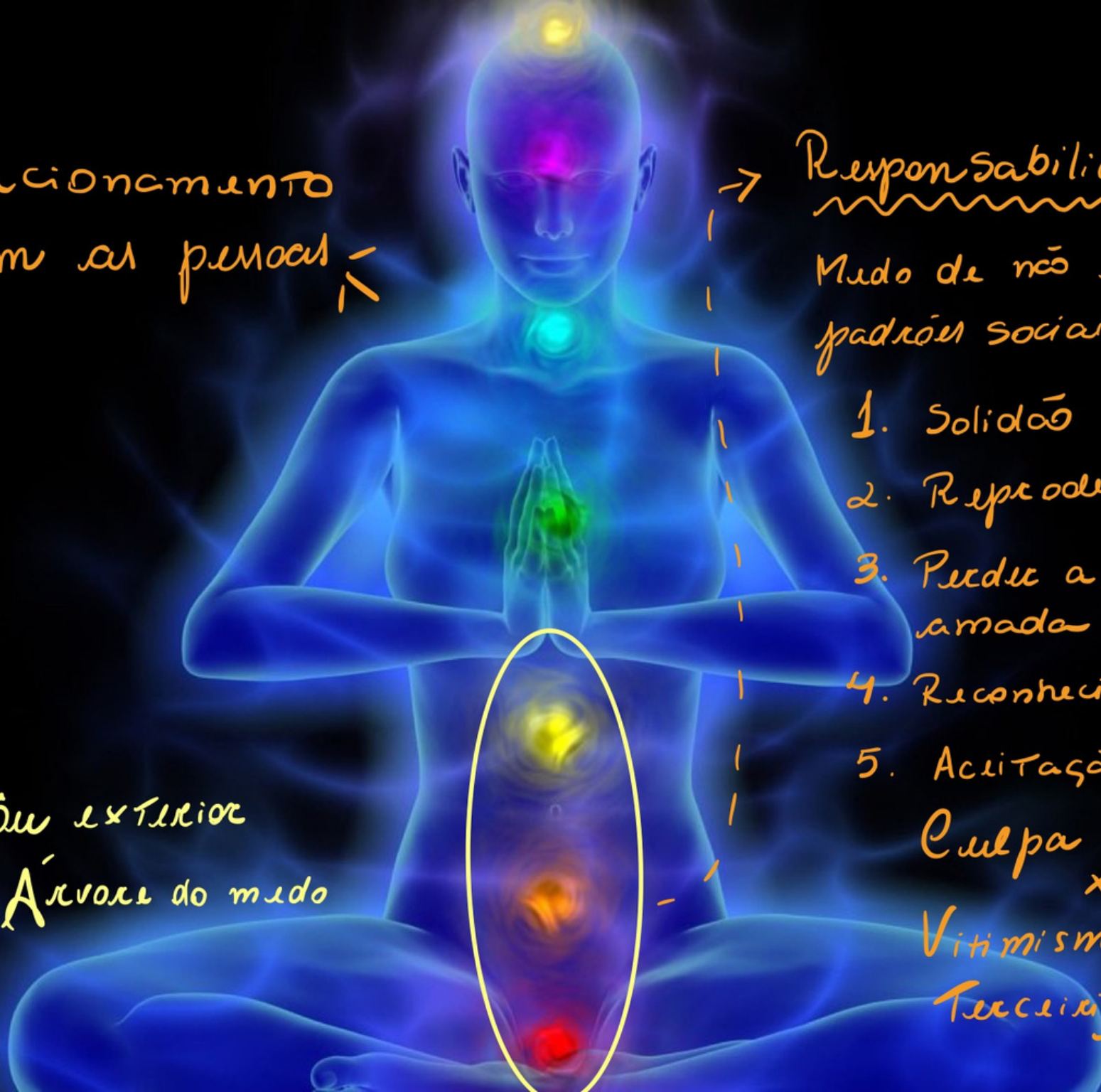
Relacionamento
Com as pessoas

→ Responsabilidade
Mudo de não atender
padrões sociais:

1. Solidão
2. Reprodução
3. Perder a pessoa amada
4. Reconhecimento
5. Aceitação

On exterior
Árvore do medo

Culpa
x
Vitimismo /
Tercelização



Relacionamento Com o EU Interior

→ Poder

Superação de medos
associados aos próprios
padrões.

1. Medo da autocrítica

2. Medo de não ser
capaz de agir

3. Medo de não
expressar a
identidade

4. Medo do tempo de
gestação

Vergonha
x
Exposição

Eu exterior
Árvore do medo



Em relação
a mim:
ampliação/
expansão
das emoções
que eu carrego

Eu interior
Árvore do crescimento



Em relação
aos outros:
←
filtro que eu
utilizo para
guiar minhas
ações

Em interior
Árvore do mercurio



Com relação ←
ao ambiente:
as lentes com
que eu
 enxergo o
mundo.

Com interior
Árvore do crescimento



Nossa vida é um espelho que reflete o que está dentro da gente



Só existe uma forma de enxergar o seu sorriso no espelho

Rege os órgãos
que dão
estrutura ao
corpo - ossos,
músculos,
coluna,
quadríceps,
pernas e pés



Fisicamente
ligado às
adrenais -
liberam
adrenalina -
preservar a
vida diante de
situações de
perigo ou
decisão.

Pessoas muito apegadas ao
material, costumam ter
intestino preso. Isso reflete
um mau funcionamento.

Energiza a área genital e urinária, também cuida da filtragem nos rins e é responsável por expelir todas as excreções do corpo.

Fisicamente ligado às gônadas - testículos / ovários -, à energia feminina, ao útero materno, à procriação, à gravidez

Quando bloqueado, causa impotência sexual, desânimo, problemas no relacionamento e baixa auto-estima. Quando hiperativo, causa intenso desejo sexual e outras compulsões.



A maioria sofre com sintomas físicos que representam desequilíbrio desse chakra, como gastrite, diabetes, problemas estomacais ou outros problemas digestivos.

Fisicamente ligado ao pâncreas.

Quando bloqueado, causa irritação, medo ou enjoo.
Quando em harmonia, nos dá um poder de realização muito grande, nos impelle a agir.



Responsável
pela
energização do
sistema
cardiorrespirató-
rio e toda
energia do
tórax.

Fisicamente
ligado ao timo/
sistema imune.

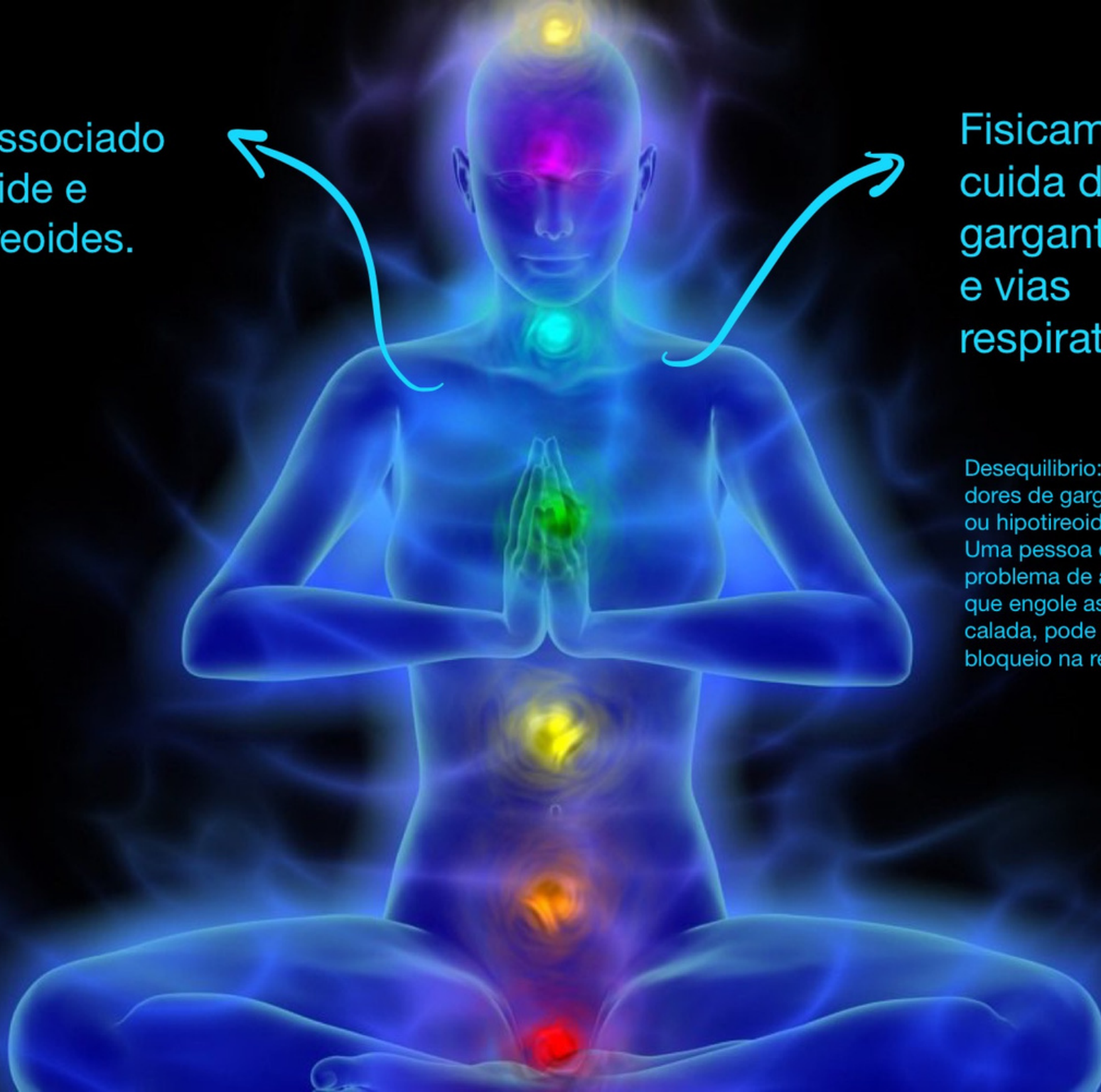
Quando há bloqueio, a
pessoa sente depressão,
angústia, irritabilidade,
ponta.
Fisicamente, o bloqueio
pode gerar infarto,
taquicardia.
Nas mulheres, pode aflorar
câncer de mama.



Está associado
à tireoide e
paratireoides.

Fisicamente,
cuida da
garganta, boca
e vias
respiratórias.

Desequilíbrio: herpes,
dores de garganta, hiper
ou hipotireoidismo.
Uma pessoa que tem
problema de adaptação,
que engole as coisas
calada, pode ter um
bloqueio na região



Vinculado à
glândula
pituitária/
hipófise.

Há diversas disfunções
nessa região, como
excesso de pensamentos,
ideias que se acumulam e
não são colocadas em
prática, desorganização,
falta de foco.
Fisicamente, a pessoa
pode sofrer com sinusite,
que é a somatização desse
acúmulo mental, dores de
cabeça ou até problemas
mentais.



Cuida também
do lobo frontal:
representa
nossa porção
lógica, nossos
ideais,
raciocínio e
pensamentos,
nossa
capacidade de
aprendizagem,
observação e
intuição.

Vinculado à
pineal

Regula o
sono, o
apetite, o
humor e
outras
funções

Quando em desequilíbrio,
pode desenvolver fobias,
problemas neurológicos,
falta de fé, depressão,
tendências suicidas.
Quando saudável,
ativamos nossa
sensibilidade e vivemos o
nosso propósito, com
saúde, felicidade e
disposição



Pensamento



Sentimento



Ação = Experiência



Ex.:

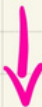
Estresse Crônico



Epigenética

modificações
químicas no
genoma
mutável

Expressão de
genes



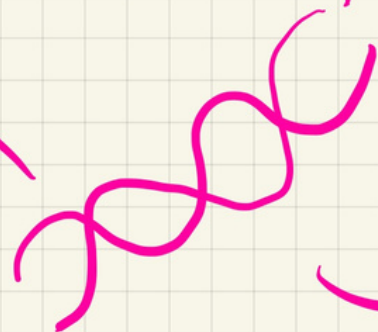
Proteínas



Sinalizar células
(informação)



Diabete
HAS



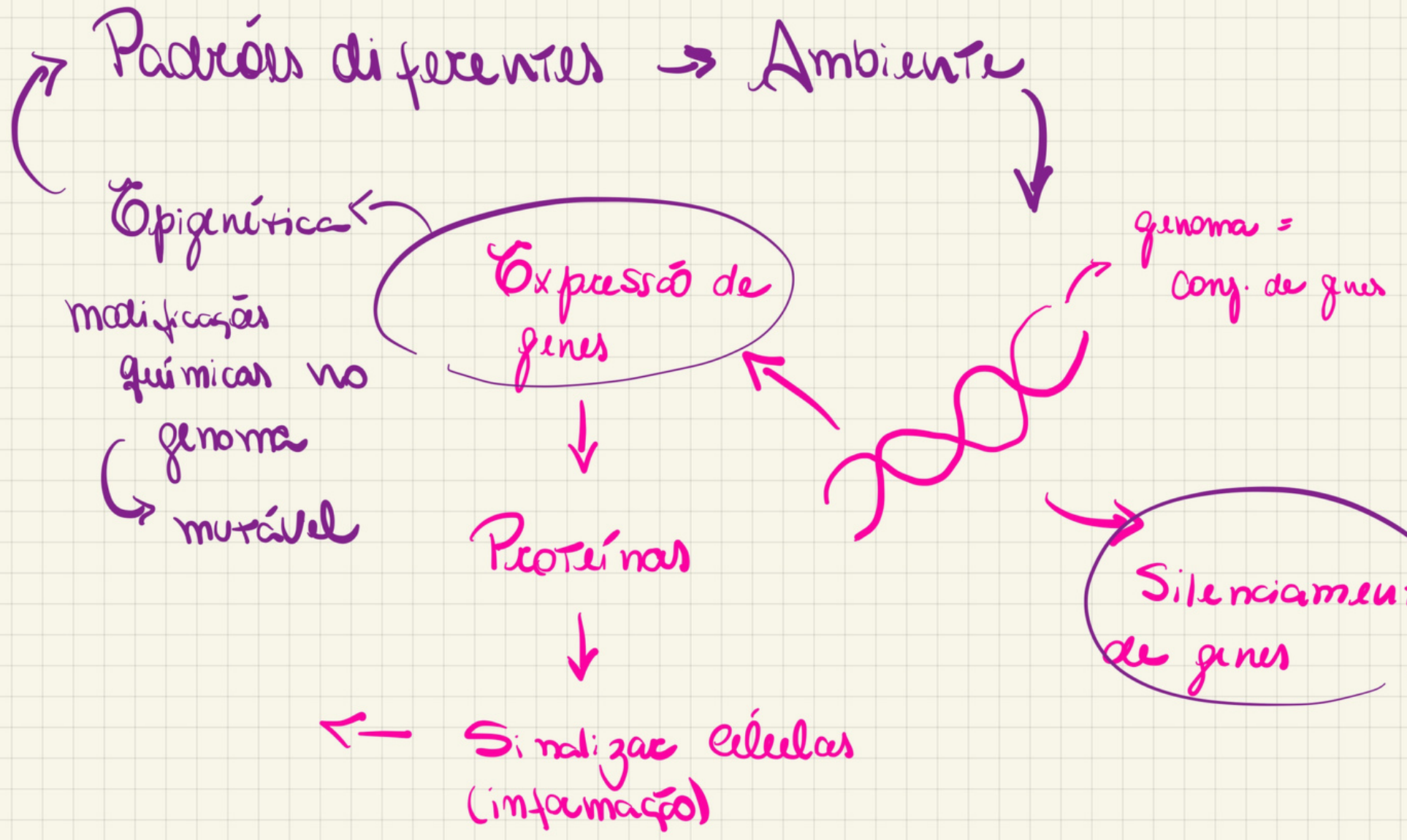
genoma =
conj. de genes



Silenciamento
de genes

Câncer

Gêmeos monozigóticos = mesmo zigoto
DNA igual



Toda virtude é formada a partir da combinação, no grau correto, de elementos opostos:

Pensamento Equilibrado

Sentimento Equilibrado

Ação Equilibrada

Bem-estar



Pensamento Yin

Sentimento Yin

Ação Yin

Apatia

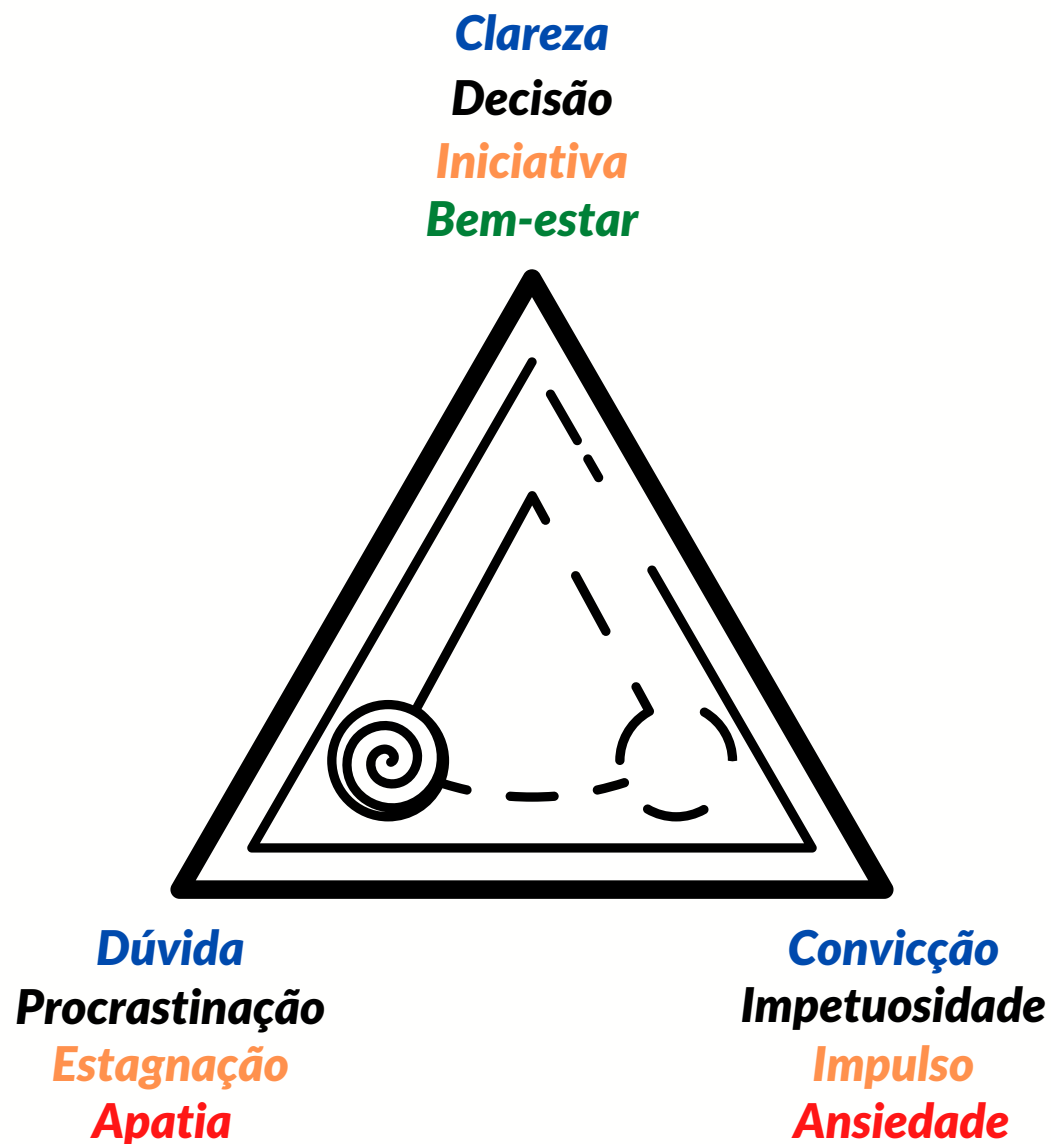
Pensamento Yang

Sentimento Yang

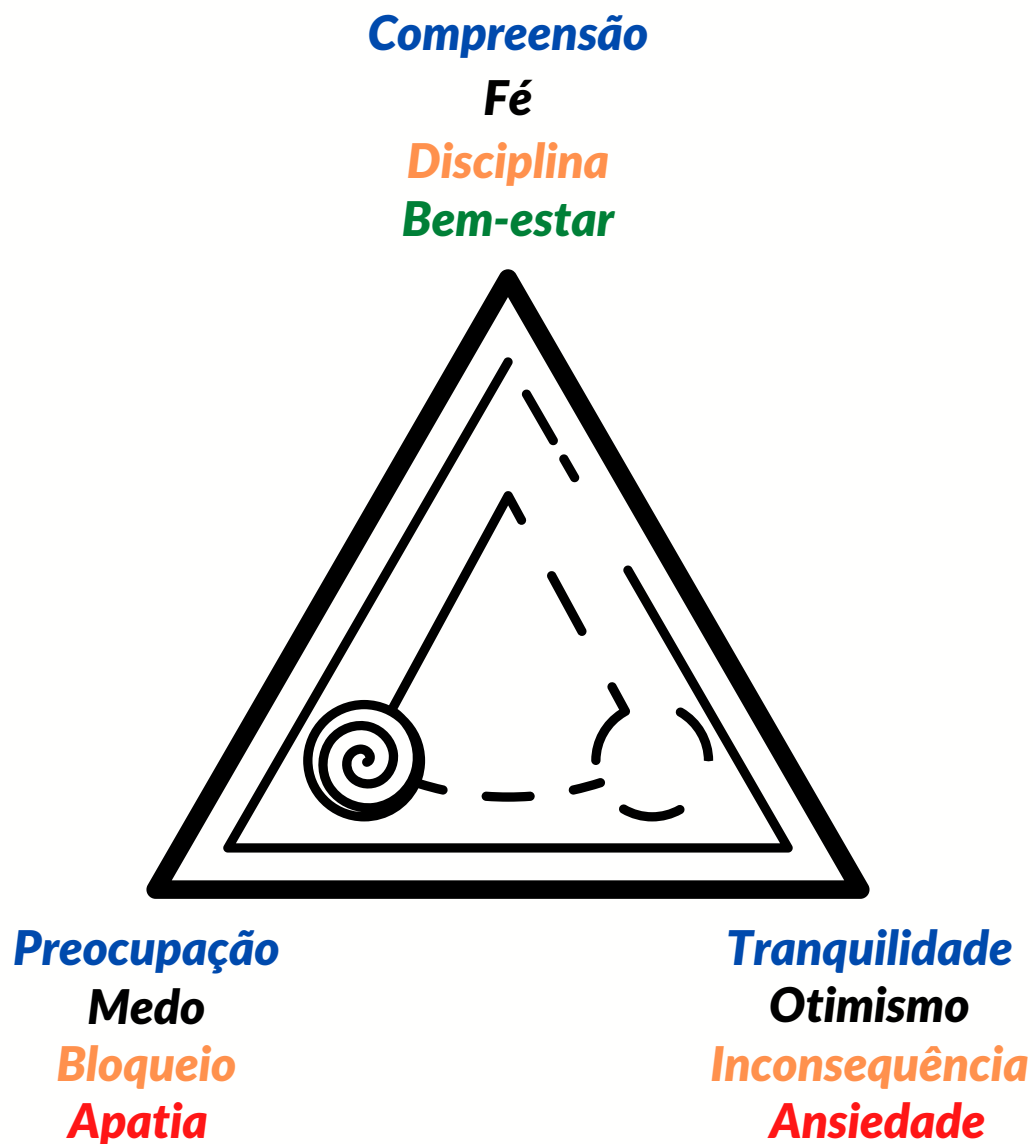
Ação Yang

Ansiedade

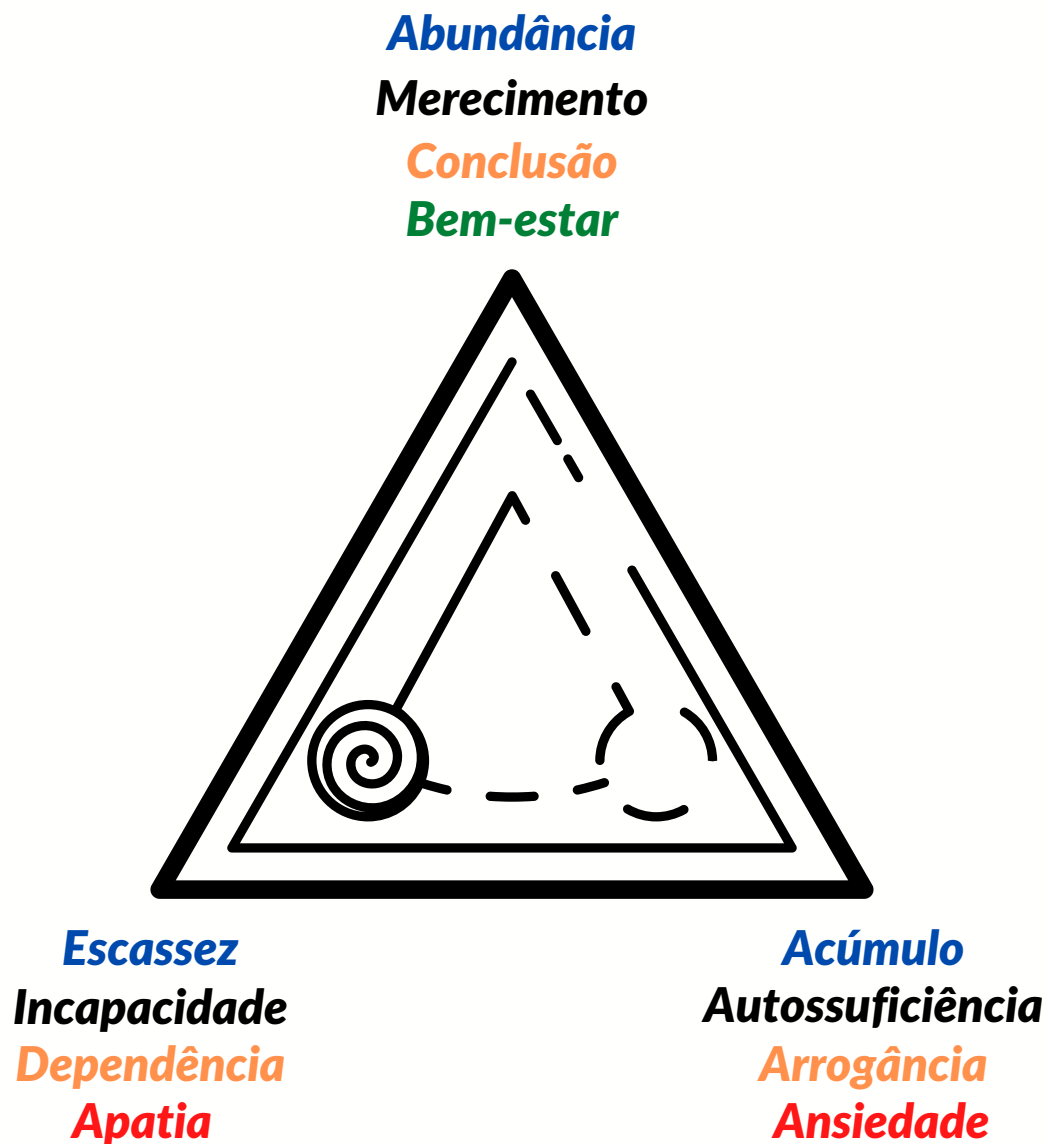
Se podemos criar qualquer coisa, então, concluímos que uma das virtudes mais importantes para o ser humano é a clareza:



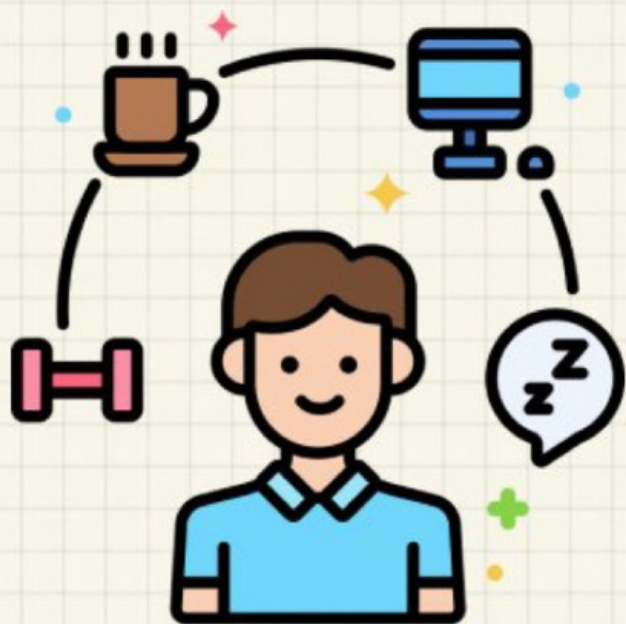
No meio de um ciclo precisamos adquirir capacidade de acreditar:



No final de um ciclo precisamos adquirir capacidade de merecer:



ROTINA INTELIGENTE



Atletas de
mentalidade
CIMT

1. Meditação
 2. Contato com a natureza
 3. Alimentação
 4. Exercícios
 5. Reflexão
 6. Sono
7. Música / Playlist

Feel good!

Especialista ensina como melhorar a qualidade do sono

Conhecido por ter ensinado Cristiano Ronaldo a dormir, o consultor inglês Nick Littlehales acredita que oito horas por noite é um mito.

Por Fantástico

26/12/2019 21h01 · Atualizado há 2 anos



O "homem que ensinou Ronaldo a dormir" explica um dos segredos do craque português

Nick Littlehales é um especialista em sono, que trabalha com muitos clubes



Littlehales conta que Ronaldo faz cinco ou seis ciclos de 90 minutos de sono por dia. "Não é uma soneca, isso é para pessoas mais velhas que veem televisão. É uma maneira de dormir menos, mas de melhorar a recuperação", sublinha o especialista, acrescentando que "antes das luzes artificiais, as pessoas dormiam por períodos curtos".



28 de junho de 2021

Sono polifásico: uma prática que pode aumentar sua produtividade



by: **CAFFEINE ACADEMY**

Bifásico

mais tranquilo e comum, esse modelo consiste em concentrar a maior parte do sono à noite e tirar aquele cochilo depois do almoço para renovar as energias. Porém, esse método não reduz o tempo que passamos dormindo.

Everyman

A partir daqui começamos a “cortar” nosso tempo total de sono. Esse método consiste em dormir de 3 a 4 horas por noite e adicionar três cochilos de 20 a 30 minutos durante o dia restante do dia.

Dymaxion

Já no modelo dymaxion, você começa a mudar completamente seus hábitos pois ele consiste em apenas quatro cochilos, 20 a 30 minutos por dia, somando um total de 2h de sono por dia.

Uberman

Parecido com o anterior, neste método a prática se dá através de seis cochilos de 20 minutos por dia, a cada 4 horas.

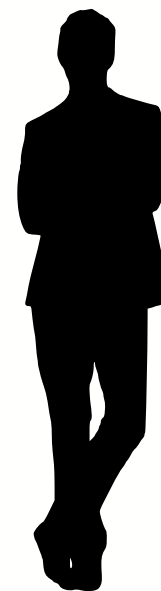
CASOS EXTREMOS NOS ENSINAM



Como usar o poder da mente para se curar de uma doença considerada grave?



Como atrair uma pessoa específica?



Como criar sua economia no digital e aumentar a renda?

VIVA EM HARMONIA COM AS LEIS UNIVERSAIS

SEMANA	EXERCÍCIO	FUNÇÃO
S1	PONTO DE PARTIDA	IDENTIFICAR OS RESULTADOS ATUAIS PARA ESTABELECEER O GAP ENTRE O QUE SOMOS E QUE PRECISAMOS NOS TORNAR
S2	SEMENTE DO BEM-ESTAR	TRABALHAR O EQUILÍBRIO DOS PONTOS DE ENERGIA (YIN/YANG) COM O OBJETIVO DE ALCANÇAR A VIDA QUE DESEJAMOS
S3	VIRTUDE DA CLAREZA	TRABALHAR A VIRTUDE DA CLAREZA EM DECISÕES QUE PRECISAMOS TOMAR
S4	DECISÕES QUE TE ELEVAM	VERIFICAR SE AS NOSSAS ESCOLHAS NOS APROXIMAM DO NOSSO EU SUPERIOR
S5	SEGURANÇA	ELIMINAR CRENÇAS LIMITANTES E NEUTRALIZAR OS MEDOS QUE NOS IMPEDEM DE SENTIR SEGURANÇA NO MUNDO
S6	RELACIONAMENTO É SEMPRE SOBRE VOCÊ	ELIMINAR CRENÇAS LIMITANTES E NEUTRALIZAR OS MEDOS QUE NOS IMPEDEM DE SENTIR RESPONSABILIDADE PELA NOSSA VIDA

VIVA EM HARMONIA COM AS LEIS UNIVERSAIS

SEMANA	EXERCÍCIO	FUNÇÃO
S7	PODER DE EXPRESSÃO	ELIMINAR CRENÇAS LIMITANTES E NEUTRALIZAR OS MEDOS QUE NOS IMPEDEM DE EXPRESSAR A NOSSA IDENTIDADE NO MUNDO
S8	EXPANSÃO E PURIFICAÇÃO	AMPLIAR O NOSSO CAMPO DE ATRAÇÃO ATRAVÉS DA CONEXÃO COM OS 03 ATRIBUTOS DA VIDA
S9	IDENTIFICANDO CRENÇAS	IDENTIFICAR ATRAVÉS DAS SUAS OPINIÕES CRENÇAS QUE CONTRARIAM OS 03 ATRIBUTOS DA VIDA
S10	CHOQUE DE ABUNDÂNCIA	UTILIZAR EXPERIÊNCIAS PARA SE APROXIMAR DA REALIDADE DESEJADA
S11	CONEXÃO COM O PODER SUPERIOR	VIVER UMA ROTINA INTELIGENTE QUE FORTALEÇA A SUA CONEXÃO COM O SEU EU SUPERIOR