

O PODER DA MENTE

*A chave para o desenvolvimento das
potencialidades do ser humano*

Rômulo B. Rodrigues



CLUBE DE
AUTORES

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

RODRIGUES, Rômulo B. O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano / Rômulo B. Rodrigues. Ed. Clube de autores. 2015.

Capa e Diagramação: Enoque Ferreira Cardozo
Organização: Rômulo Borges Rodrigues
Impresso pelo Clube de autores – 2015.

Copyright "©" 2015. Todos os direitos reservados.
Proibida a reprodução parcial ou total, por qualquer meio.
Lei Nº 9.610 de 19/02/1998 (Lei dos direitos autorais).

2015. Escrito e produzido no Brasil.

1. Psicologia Aplicada. 2. Reprogramação mental.
3. Programação Neurolingüística. I. Título.

Clube de Autores Publicações S/A CNPJ: 16.779.786/0001-
27 Rua Otto Boehm, 48 Sala 08, América - Joinville/SC,
CEP 89201-700.

SUMÁRIO

Prefácio.....13

Capítulo I - Hipnose - A chave para desbloquear a sua mente livrando-a de conceitos antigos e desnecessários que atrapalham a sua vida.....17

1.Hipnotismo é uma ciência, uma arte e uma técnica.....19

2.Surgimento da hipnose.....20

3.Tipos de hipnose.....21

4.Causas dos desajustes.....23

5.Os efeitos da hipnose.....24

6.Alguns mitos sobre a hipnose.....27

7.Benefícios da hipnose.....29

Capítulo II – O poder da programação neurolingüística no terceiro milênio.....31

Capítulo III – Ancoragem.....38

Capítulo IV – O poder do pensamento positivo.....41

Capítulo V – Planejamentos e metas.....44

1.Os três tipos de planejamentos.....46

2.Relatório para planejamento pessoal – curto prazo.....47

Capítulo VI – Alinhamento dos níveis neurológicos.....51

Capítulo VII – Melhorando sempre..55

Capítulo VIII – Nascimento da Psicanálise Holística.....63

1.Psicanálise e modernidade.....66

Capítulo IX – O poder da mente – A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano.....69

1.Sucesso nos relacionamentos.....72

2.Realização profissional.....	73
3.Prosperidade.....	74
4.O poder mental.....	75
5.A mente e o cérebro.....	75
6.Funções da mente.....	76
7.Alguns poderes do subconsciente.....	77
8.O funcionamento do subconsciente..	78

Capítulo X – Parapsicologia – A ciência do novo milênio.....80

1.Metas e objetivos.....	85
2.Como devemos programar a nossa mente.....	88

Capítulo XI – Sonhos lúcidos.....91

1.Podemos ficar conscientes durante o sonho.....	94
2.Como se tornar um observador consciente nos seus sonhos.....	95
3.As vantagens do sonho lúcido.....	99
4.Sonho: uma ferramenta da mente.....	102

Capítulo XII – Consciência.....112

1.Como cultivar a consciência.....115

Capítulo XIII – O cérebro.....120

1.Aprender sempre.....122

Capítulo XIV – Meditação.....124

Capítulo XV – O poder da concentração.....131

Capítulo XVI – O subconsciente.....136

Sobre o autor.....142

Contatos com o autor.....145

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

Dedico este trabalho aos filhos Júlio César e João Víctor.

Agradecimentos

Agradeço à minha mãe adotiva (In Memoriam), que me orientou e me ensinou a ser o que sou e sei hoje.

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

PREFÁCIO

Que não usamos plenamente a força que temos em nossa mente, não é novidade pra ninguém.

Nosso cérebro e sua capacidade total ainda é um mistério a ser desvendado.

Com o passar dos anos e à custa de muitas pesquisas e estudos, aconteceram avanços significativos nesta área.

Não são poucas as pessoas que, atualmente, conseguem resultados sensacionais através do amplo domínio que aprenderam a ter sobre aquilo que pensam.

Realizar primeiro na cabeça facilita a concretização de planos, sonhos e metas. Há inúmeros casos e exemplos de pessoas que, pelo condicionamento, auto-sugestão, programação neurolinguística, hipnose e outros métodos, conseguiram mudar radicalmente de vida, tanto no âmbito material como no espiritual.

A revolução acontece e está ao alcance de todos; ou melhor, de todos que

se despem dos preconceitos e se permitem trilhar outros caminhos.

Querer é poder, sim; mas antes, é preciso se preparar para a batalha da vida.

A vitória há de chegar; mas, para isso, precisamos usar a capacidade mental que temos em nosso favor.

O objetivo deste livro é justamente tirar o manto do preconceito que paira sobre temas que podem ser bastante benéficos às pessoas.

Boa leitura.

O PODER DA MENTE, A chave para o desenvolvimento das potencialidades do ser humano, por Rômulo B. Rodrigues

CAPÍTULO I

HIPNOSE - A chave para desbloquear a sua mente livrando-a de conceitos antigos e desnecessários que atrapalham a sua vida

Hipnotismo não é, como muitas pessoas pensam, uma técnica perigosa em que aquele que se submete a ela fica dominado pelo hipnotizador, que passa a controlar a mente do hipnotizado.

Este e muitos outros conceitos errados que costumam ser atribuídos à técnica de hipnotismo devem-se, sobretudo, à ignorância das pessoas em relação ao assunto.

É preciso, portanto, para evitar opiniões equivocadas, que se conheça mais sobre essa técnica estudando-a e investigando-a - assim recomenda a metodologia científica.

Os mitos referentes a essa técnica, surgiram, principalmente, devido às atuações de artistas de palcos que exibiam suas "habilidades" hipnóticas.

Contudo, a verdadeira técnica de terapia por hipnose não se presta a exibições, tendo como finalidade processar um desbloqueio na mente do hipnotizado,

livrando-o de idéias antigas, conceitos que interferem e atrapalham a vida das pessoas.

Hipnotismo é uma ciência, uma arte e uma técnica

Ciência – Como ciência, tem seus princípios, metodologia, ética e aplicabilidade.

Arte – Como arte, se expressa através da revelação do belo, do maravilhoso (assim como pintores e músicos), que está contido no psiquismo de cada um de nós e que vem à tona através de um trabalho nas camadas internas do ser.

Técnica – A técnica consiste na habilidade de induzir uma pessoa ao estado alterado da consciência.

A pessoa que hipnotiza precisa gostar e ter habilidade para aplicar essa técnica.

Hipnoterapia é hipnose aplicada à cura de tensão, ansiedade, distúrbio mental, comportamental e disfunções diversas.

Surgimento da hipnose

Hipnose vem do grego hypnos, que significa sono.

A hipnose parece caminhar com a existência do homem.

Há indícios de sua utilização na antiguidade, em regiões como Egito, Índia e Grécia.

Os benefícios da hipnose não passaram despercebidos por Hipócrates, considerado o pai da medicina. Ele utilizou da técnica para anestésiar e também para acelerar o processo de aprendizado.

Na era moderna, quem mais aproximou a hipnose da prática médica foi o médico Franz Anton Mesmer (1734 – 1815).

O termo foi criado por James Braid (1795 – 1864) como neuro-hipnotismo, depois reduzido para hipnotismo, e daí derivando hipnose.

Tornou-se muito popular na década de 70, fruto do árduo trabalho do médico