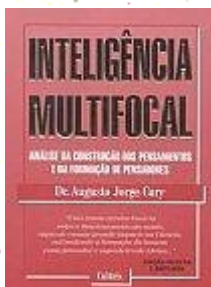




## Augusto Cury e a Inteligência Multifocal



A teoria da **INTELIGÊNCIA MULTIFOCAL**, desenvolvida pelo Dr. Augusto Cury, é uma das teorias que investiga quatro processos da mente humana: a construção de pensamentos, a transformação da energia psíquica, a formação do "eu" e a organização da história consciente e inconsciente da memória. A inteligência multifocal é a primeira teoria ampla sobre o funcionamento da mente humana criada por um cientista brasileiro e uma das poucas produzidas em termos mundiais.

**Inteligência multifocal** refere-se à teoria de auto-ajuda sobre a construção dos pensamentos. Esta teoria se aplica às principais funções da inteligência humana, buscando desvendar o complexo funcionamento da mente humana. Destacam-se dez dessas funções:

- 1.- A arte de amar e valorizar a vida
- 2.- A arte de apreciar o belo
- 3.- A arte de pensar antes de agir
- 4.- A arte de expor e não de impor as idéias
- 5.- A arte de ser solidário
- 6.- A arte de gerir os pensamentos dentro e fora dos conflitos
- 7.- A arte de se colocar no lugar dos outros
- 8.- A arte de manter o espírito empreendedor
- 9.- A arte de trabalhar perdas e frustrações
- 10.- A arte de colaborar em equipe.



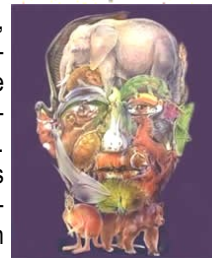
Ela também ensina a resgatar a auto-estima, assumir e cumprir responsabilidades, trabalhar com perdas e frustrações e a se resguardar das emoções negativas. Todos os dias, as pessoas precisam conviver com emoções tanto positivas quanto negativas. As positivas são estimulantes enquanto as negativas levam à falta de criatividade, inflexibilidade e insegurança. Aos poucos vão minando o campo emocional cada vez mais, levantando barreiras e encarcerando as pessoas em uma vida improdutiva e sem alegria.

Dr. Augusto Jorge Cury desenvolveu esta teoria durante dezessete anos de estudos, ultrapassando os limites da abordagem emocional e chegando à explicação de como se processa e se constrói o pensamento, é uma das poucas teorias mundiais que investiga quatro grandes processos da mente humana:

- o processo de construção de pensamentos,
- de transformação da energia psíquica,
- da formação do "eu",
- da organização da história consciente e inconsciente na memória.

A meta é conduzir cada ser humano a ter ferramentas intelectuais e emocionais para conquistar excelência de vida nos amplos aspectos: sabedoria, arte de pensar, arte

da solidariedade, arte de empreender e o prazer de viver numa sociedade estressante. Enfrentamos várias situações cotidianas que provocam o estresse e pressões psíquicas. Tais pressões psíquicas podem causar doenças psicossomáticas graves e difíceis de serem combatidas, com frequência e intensidade crescentes, as manifestações de agressividade, revolta, desejo de vingança, sentimento de injustiça, medo de isolamento. Um dos principais objetivos de Cury é proporcionar essas ferramentas que possibilitem o gerenciamento tais manifestações que muito contribuem para o caos social, prevenindo assim essas doenças e melhorando a qualidade de vida.



**Augusto Jorge Cury** é médico, psiquiatra, psicoterapeuta e escritor.

### O que significa ser mãe

**Mãe: palavra pequena, mas com um significado infinito, pois quer dizer amor, dedicação, renúncia a si própria, força e sabedoria. Ser mãe não é só dar a luz e sim, participar da vida dos seus frutos gerados ou criados.**

Obrigado por termos você.

Parabéns à todas as Mães!

### Nova Filial da Cerca Viva

Inaugurada no dia 28/03/2010 a nova Filial da Cerca Viva em Aguaí. A loja conta com uma equipe treinada e capacitada a levar novos conhecimentos aos clientes e parceiros. Faz parte desta equipe: Marcelo - Engenheiro Agrônomo, Naka - Consultor Técnico, Ricardo - Assistente Técnico e Mineiro e Gil - logística.

Pessoal nota 10!!!

É um prazer trabalhar com vocês.

Sejam todos bem vindos a equipe Cerca Viva!

Abraço a todos!!!

Eliana



### Datas comemorativas de Maio

1	Dia Mundial do Trabalho
7	Dia do Oftalmologista
8	Dia das Mães / Artista Plástico
10	Dia do Guia de Turismo
15	Dia do Assistente Social
16	Dia do Gari
18	Dia do Vidreiro
25	Dia do Industrial
27	Dia do Profissional Liberal
31	Dia Mundial do Comissário de Bordo



# ESPAÇO SAÚDE

## Alzheimer

Meu pai está com Alzheimer. Logo ele, que durante toda vida se dizia 'o Infalível'. Logo ele que repetiu, ao longo desses 54 anos de convivência, o nome do músculo do pescoço que aprendeu quando tinha treze anos e que nunca mais esqueceu: esternocleidomastóideo.

O diagnóstico médico ainda não é conclusivo, mas, para mim, basta saber que ele esquece o meu nome, mal anda, toma líquidos de canudinho, não consegue terminar uma frase, nem controla mais suas funções fisiológicas, e tem os famosos delírios paranóicos comuns nas demências tipo Alzheimer. Aliás, fico até mais tranquilo diante do 'eu não sei ao certo' dos médicos; prefiro isso ao 'estou absolutamente certo de que.....', frase que me dá arrepios.

E o que fazer... para evitarmos essas drogas? Como?

Lendo muito, escrevendo, buscando a clareza das idéias, criando novos circuitos neurais que venham a substituir os afetados pela idade e pela vida 'bandida'.

Meu conselho: é para vocês não serem infalíveis como o meu pobre pai; não cheguem ao topo, nunca, pois dali só há um caminho: descer! Inventem novos desafios, façam palavras cruzadas, forcem a memória, não só com drogas (não nego a sua eficácia, principalmente as nootrópicas), mas correndo atrás dos vazios e lapsos. Eu não sossego enquanto não lembro do nome de algum velho conhecido, ou de uma localidade onde estive há trinta anos.. Leiam e se empenhem em entender o que está escrito, e aprendam outra língua, mesmo aos sessenta anos. Coloquem a palavra **FELICIDADE** no topo da sua lista de prioridades: 7 de cada 10 doentes nunca ligaram para essas 'bobagens' e viveram vidas mediocres e infelizes - muitos nem mesmo tinham consciência disso.

Mantenha-se interessado no mundo, nas pessoas, no futuro. Invente novas receitas, experimente (não gosta de ir para a cozinha? Hum...Preocupante) . Lute, lute sempre, por uma causa, por um ideal, pela felicidade. Parodiando Maiakovski, que disse 'melhor morrer de vodka do que de tédio', eu digo: melhor morrer lutando o bom combate do que ter a personalidade roubada pelo Alzheimer.

### Dicas para escapar do Alzheimer:

Uma descoberta dentro da Neurociência vem revelar que o cérebro mantém a capacidade extraordinária de crescer e mudar o padrão de suas conexões. Os autores desta descoberta, Lawrence Katz e Manning Rubin (2000), revelam que NEURÓBICA, a 'aeróbica dos neurônios', é uma nova forma de exercício cerebral projetada para manter o cérebro ágil e saudável, criando novos e diferentes padrões de atividades dos neurônios em seu cérebro. Cerca de 80% do nosso dia-a-dia é ocupado por rotinas que, apesar de terem a vantagem de reduzir o esforço intelectual, escondem um efeito perverso; limitam o cérebro.

Para contrariar essa tendência, é necessário praticar exercícios 'cerebrais' que fazem as pessoas pensarem somente no que estão fazendo, concentrando-se na tarefa. O desafio da **NEURÓBICA** é fazer tudo aquilo que contraria as rotinas, obrigando o cérebro a um trabalho adicional.

#### Tente fazer um teste:

- 1 - use o relógio de pulso no braço direito;
- 2 - escove os dentes com a mão contrária da de costume;
- 3 - ande pela casa de trás para frente; (vi na China o pessoal treinando isso num parque);
- 4 - se vista de olhos fechados;
- 5 - estimule o paladar, coma coisas diferentes; (conheço tanta gente que só quer comer a mesma coisa)
- 6 - veja fotos de cabeça para baixo;
- 7 - veja as horas num espelho;
- 8 - faça um novo caminho para ir ao trabalho

A proposta é mudar o comportamento rotineiro!

Tente, faça alguma coisa diferente com seu outro lado e estimule o seu cérebro. Vale a pena tentar!

Que tal começar a praticar agora, trocando o mouse de lado? Critique menos, trabalhe mais. E, não se esqueça nunca de agradecer!

**Obs.** Esta mensagem foi enviada por mim, com a mão esquerda

Roberto Goldkorn (psicólogo e escritor)

## PENSAMENTO DO MÊS

### PEIXES SEM CABEÇA

A "Certa vez, um jovem recém casado havia pescado um belo peixe. Orgulhoso levou seu prêmio à sua linda esposa para assá-lo. Quando o marido se sentou à mesa ficou inconformado, sua esposa ao preparar o peixe que ele pescou heroicamente, cortou-lhe a cabeça e o rabo, então perguntou: Querida por que cortou a cabeça e o rabo do peixe? Ela, intrigada com a pergunta, respondeu: meu bem, para assar o peixe sempre devemos cortar o rabo e a cabeça. O marido, decepcionado, perguntou: Querida de onde tirou esta idéia?

Ela disse que havia aprendido com sua mãe. Ele disse que a mãe dele sempre assava o peixe inteiro. Indignada, a jovem moça ligou para sua mãe e perguntou por que ela cortava a cabeça e o rabo do peixe para assar. E a mãe disse para perguntar à sua avó, afinal, fora com ela que havia aprendido. Ao perguntar a avó por que ela havia ensinado sua mãe a cortar a cabeça e o rabo do peixe para assar, ela se assustou com a resposta: "sabe o que é minha neta, naquela época a minha forma era pequena e não cabia um peixe inteiro."

**Quantos peixes sem cabeça e sem rabo existem em nossas vidas e em nossa forma de ler, estudar e aprender.**

É chegada a hora de revermos nossos conceitos e nos enquadrarmos em nosso próprio tempo e transcendermos nossos paradigmas ultrapassados pela modernidade, adotando novas tecnologias, métodos de estudo e aprendizagem. "A aprendizagem não ocorre quando se tem todas as respostas, mas quando se convive com as perguntas". (Max Dupree)

### Aniversariante de Maio



**Parabéns!!!**

22/05

Gilberto  
(Aguai)

**Férias do mês Maio**

Adriane 02/05 a 21/05