

# COMUNICADO DIREITOS AUTORAIS

## Você sabe o que são DIREITOS AUTORAIS?



Os **Direitos Autorais**, de forma simples e objetiva, dizem respeito a um conjunto de **normas** (legais e/ou administrativas) que protegem os **criadores/autores de obras originais**, tais como: como textos, livros, filmes, músicas, fotografias, entre outras formas de **expressão artística e/ou intelectual**.

Essas normas conferem aos **criadores/autores** o **direito de proteger, controlar e receber uma compensação financeira por seu trabalho**, e, até mesmo, **indenização por violação dos seus direitos**.

## VOCÊ SABIA?



**Violar Direitos Autorais** e os que lhes são conexos configura **CRIME** previsto no artigo 186 do Código Penal.

Caso a **violação** consista em **reprodução total ou parcial, com intuito de lucro**, por qualquer meio ou processo, de obra intelectual, interpretação, execução ou fonograma, sem autorização expressa do autor, **a pena** pela prática do crime é **de 2 a 4 anos de reclusão**.

**Na mesma pena** incorre quem, com o intuito de lucro, **distribui, vende, expõe à venda, aluga, adquire, oculta, tem em depósito, original ou cópia de obra intelectual ou fonograma reproduzido com violação do direito de autor**,

# COMUNICADO DIREITOS AUTORAIS

6

Dicas para



## NÃO VIOLAR DIREITOS:

1

**Não participe de grupos de rateios de cursos; distribuição clandestina de livros; nem compre cursos, obras, etc., de sites e/ou grupos de pirataria digital.** Lembre-se de que, por exemplo, **quem compra ou tem em depósito obra reproduzida com violação de direito autoral também está sujeito à aplicação de pena.**

**Não compartilhe informações de acesso a cursos e obras, nem distribua, sem autorização do (a) autor (a), o conteúdo adquirido.**

2

6

Dicas para



3

**Não copie ou reproduza obras sem autorização expressa do (a) autor (a).** É importante destacar que, mesmo que você copie ou reproduza apenas **trechos ou partes**, ainda sim é **considerado violação dos direitos autorais.**

4

**Não cite /use conceitos; pensamentos; teorias; etc., sem dar o devido crédito ao (à) autor (a), especialmente se fizer uso comercial ou acadêmico.** **Não dar crédito configura violação de direito autoral.**

# COMUNICADO DIREITOS AUTORAIS



5

**Não distribua, ainda que gratuitamente, obras sem permissão do (a) autor (a). A título de exemplo, jamais compartilhe ou envie obras por e-mail, mensagens de texto, redes sociais ou qualquer outra forma de comunicação, sem a devida autorização para tanto.**

**Não use obras para fins comerciais sem a autorização do (a) autor (a). Se você planeja usar uma obra como parte do seu produto, divulgação, etc., você necessita ter autorização para tanto.**

6



**Os Direitos Autorais são importantes para proteger a criatividade, os talentos artísticos e intelectuais das pessoas, inclusive você, já que você tem plena capacidade de criar as suas próprias obras, e com certeza não ficará nada feliz se observar pessoas violando os seus direitos.**

**Lembre: violar Direitos Autorais pode gerar consequências legais e financeiras graves.**

**Além disso, violar direitos autorais vai contra tudo o que a CIMT prega para você construir a realidade desejada.**

# APRESENTAÇÃO

## CADU TINOCO

- A CIMT é um estudo sobre a vida humana
- Essa é a versão X do nosso modelo de criação da realidade
- Conceitos fundamentais serão entregues no Passo 1



# APRESENTAÇÃO

## MANDI TOMAZ

- Existe um sentido maior por trás disso tudo
- Vamos apresentar nossos exemplos de construção de cenário de vida



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Exemplos de transformações que a CIMT pode proporcionar:

Dinheiro:

- Obter promoção dentro do seu trabalho atual
- Expandir ou redesenhar o seu negócio
- Aumentar capacidade de liderança em pequenas e grandes equipes
- Realizar transição de carreira
- Criar negócios de sucesso
- Obter incrementos em vendas
- Modificar o patamar financeiro
- Aumentar a capacidade de comunicação e expressão
- Otimizar o tempo através do esforço inteligente
- Formar grandes fortunas no horizonte de longo prazo

# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Exemplos de transformações que a CIMT pode proporcionar:

Relacionamento:

- Melhorar relacionamentos existentes
- Reestabelecer relacionamentos que parecem não fazer mais sentido
- Recuperar um relacionamento que terminou
- Formar novo relacionamento
- Encerrar ciclos
- Melhorar a convivência com família, amigos e colegas de trabalho
- Se conectar à novas pessoas
- Superar questões emocionais
- Eliminar a dependência
- Aprender a lidar com pessoas difíceis
- Conquistar mais clientes para o seu negócio/serviço
- Conquistar a admiração da pessoa que está ao seu lado
- Criar maior conexão sexual com uma outra pessoa

# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Exemplos de transformações que a CIMT pode proporcionar:

Saúde:

- Prevenir a ocorrência de doenças
- Curar doenças existentes
- Alcançar bem-estar e harmonia dos pensamentos
- Sair de estados de apatia ou ansiedade
- Aumentar performance esportiva
- Alcançar títulos esportivos
- Modificar aparência física
- Ganhar massa muscular
- Reduzir percentual de gordura
- Aumentar a energia para o trabalho
- Superar a perda de pessoas importantes

*Isso tudo é realmente  
possível?*



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

- Esses resultados são possíveis porque tudo na nossa vida é um reflexo do nosso mundo interior, ou seja, da nossa forma de pensar
- Não quer dizer que não seja desafiador, mas é completamente possível
- Nós temos uma bússula interna que nos guia até os nossos objetivos
- Exemplos das transformações que obtivemos a partir do momento em que estabelecemos a primeira versão desse modelo prático (2019)



# *O primeiro diferencial da CIMT: criação de um cenário de vida*



*Como podemos alcançar esse  
cenário de vida?*



# METODOLOGIA DA CIMT

Todos os **conceitos fundamentais da CIMT** são apresentados no Passo 1.

Haverá uma **lista de verificação ao final de cada um dos 12 passos** com o objetivo de fornecer ao integrante uma referência do seu nível de aptidão para seguir adiante.

Ao longo do modelo prático, vamos construir o **caderno do (im)possível**, que é uma representação dos nossos pensamentos.

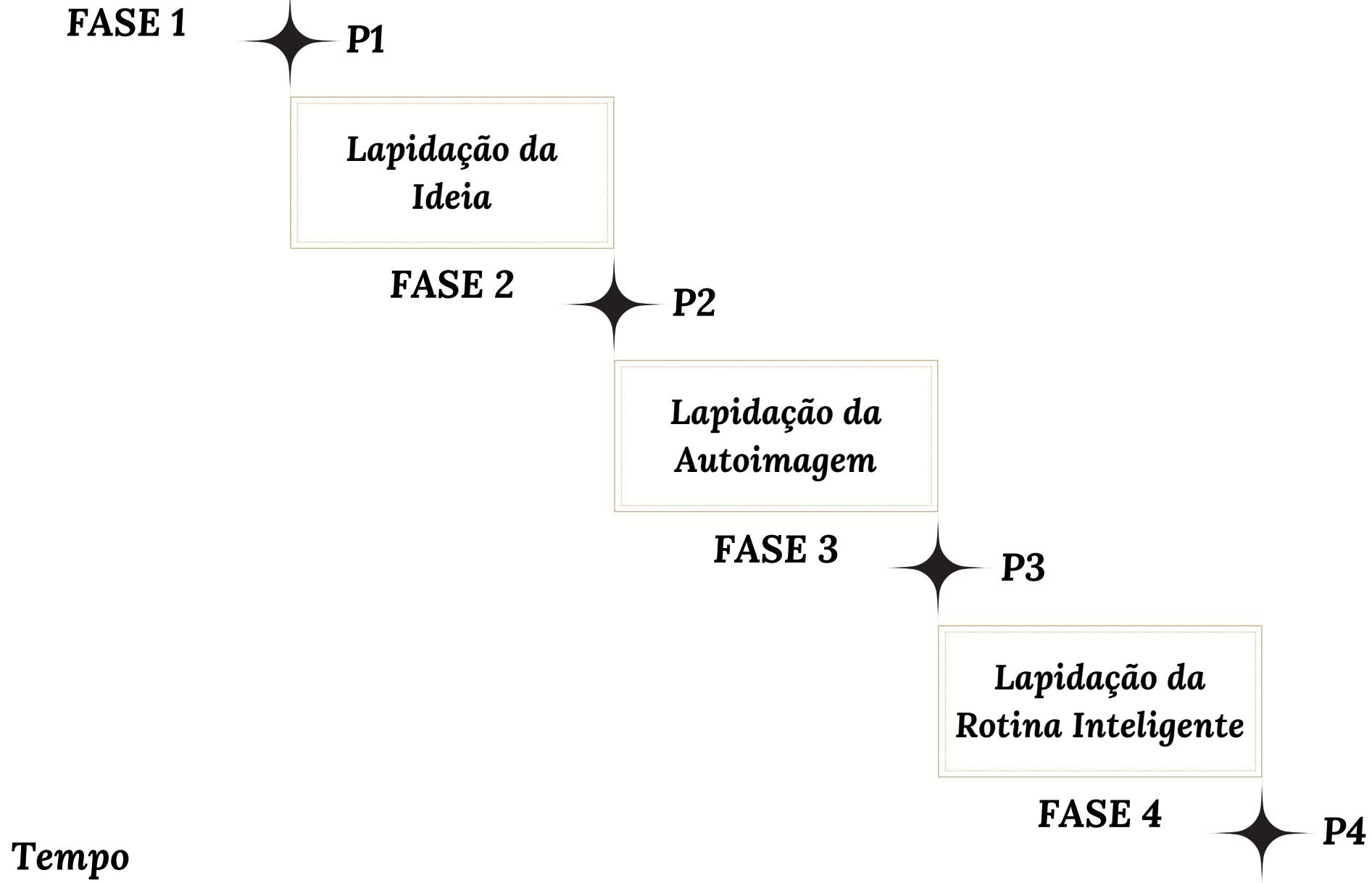
Os **exercícios práticos** estão contidos nos passos.

Em casos de atualização do programa, os materiais anteriores ficarão disponíveis no "**acervo**" por 90 dias.

Existem **4 Portões de aprovação** ao longo do modelo.



# Definição do Cenário de Vida



*Quanto tempo leva para  
alcançar o meu cenário de  
vida?*



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

A experiência física é uma desaceleração dos nossos pensamentos. Uma grande criação é produto do **TREM DE CAUSA E EFEITO**.  
Por isso, o **LONGO PRAZO** é tão importante.



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT**

Quanto menor é o nosso domínio do poder de pensar, em relação ao que queremos criar, mais desacelerada ou lenta será a nossa criação. Funciona como um mecanismo de proteção.

Quanto maior for a nossa **capacidade de acelerar a energia**, através do nosso corpo, mais **ACELERADA** será a nossa **CRIAÇÃO**.

A **EXPERIÊNCIA FÍSICA**, por definição, é uma desaceleração do nosso **PODER DE PENSAR**.

Podemos entender que ela acontece em **CÂMERA LENTA**, por isso o tempo muitas vezes funciona como uma **CORTINA DE FUMAÇA**.

*Os 18 passos da CIMT fazem com que a gente "desacelere" as criações que estão apenas no nosso pensamento, trazendo elas para as nossas ações e, por fim, formando uma rotina inteligente.*



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

Os resultados falam a verdade (Bob Proctor) porque revelam a lei (CIMT).

*Quando nossos pensamentos estão alinhados à verdade, estamos em harmonia com a lei, e por isso as criações acontecerão conforme idealizadas. Quando nossos pensamentos estiverem limitados por interpretações incorretas da realidade (crenças limitantes) as criações continuam acontecendo conforme a lei e não conforme o que idealizamos.*

**Precisamos reconhecer que não temos 100% de compreensão ou domínio de como a Lei de Causa e Efeito funciona em todos os aspectos da nossa vida.**



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **Importante:**

*Existem causas **VISÍVEIS** e **INVISÍVEIS** (nossa vibração).*

*Normalmente, existe uma causa visível, por menor que seja.*

*(Exemplo - Mega Sena da Virada 2022)*



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **Importante:**

*A partir do momento que entendemos a influência do pensamento na formação das experiências e resultados que temos, naturalmente começamos a querer assumir controle sobre tudo o que se passa na nossa mente, chegando, em alguns momentos, a sentir medo ou ansiedade.*

*Definitivamente, esse não é o caminho. Devemos expandir a nossa consciência e adquirir compreensão sobre a natureza de cada tipo de pensamento, explorando e analisando as possibilidades para, por fim, selecionar a que desejamos.*



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

### **Formação do pensamento - verdade x crença**

*Os pensamentos são limitados e guiados por tudo que acreditamos.*

*Uma CRENÇA pode ser VERDADE ou não. Ela é uma interpretação nossa de como a vida funciona, uma premissa que assumimos em função da nossa capacidade de percepção ou nível de consciência.*

**A VERDADE representa a LEI e funciona em 100% dos casos para 100% das pessoas.**



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

### ATENÇÃO:

*Não devemos concentrar esforços para identificar, ao longo do processo, crença por crença, com o intuito de destruí-las.*

*Um dos trabalhos mais importantes da CIMT foi identificar e reunir **3 crenças centrais**, das quais derivam todas as outras. Nesse sentido, fomos capazes de mapear **3 verdades maiores**. Essas sim farão, de forma eficaz, com que a gente modifique a nossa forma fixa de pensar.*



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

### Conhecendo as crenças centrais

Nós possuímos infinitas crenças, mas devemos compreender que elas funcionam como galhos de uma árvore que derivam de um tronco principal.

**Na CIMT temos 3 crenças centrais mapeadas:**

- Não temos controle sobre tudo o que acontece na nossa vida.
- Estamos separados.
- A eternidade da vida inicia após a morte física e depende da nossa salvação.



## Definição do Cenário de Vida

Ponto de partida do pensamento



FASE 1

P1

*Lapidação da  
Ideia*

FASE 2

P2

*Lapidação da  
Autoimagem*

FASE 3

P3

*Lapidação da  
Rotina Inteligente*

FASE 4

P4

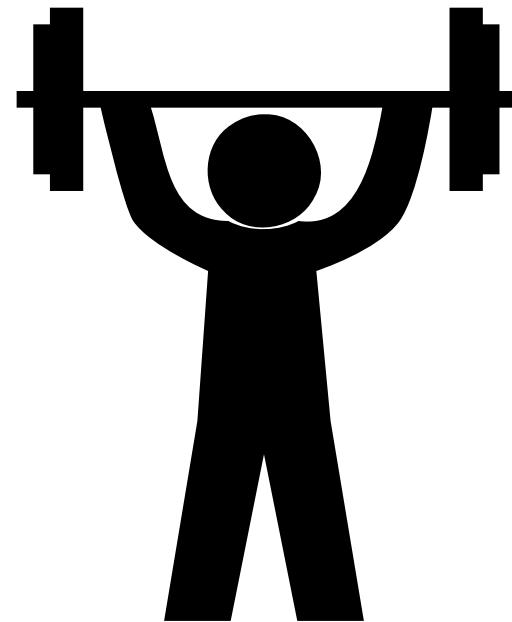
Tempo

Desaceleração

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

EXEMPLO REAL DE COMO AS CRENÇAS E AUTOIMAGEM MOLDAM A FORMA COMO PENSAMOS:



Professor

*Atleta de mentalidade*

Empresário

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

*Analise a seguinte afirmação e defina se ela é verdadeira (V) ou falsa (F):*

*Tudo que acreditamos acontece.*



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

*Analise a seguinte afirmação e defina se ela é verdadeira (V) ou falsa (F):*

**(F) *Tudo que acreditamos acontece.***

**(V) *O pensamento é a origem de tudo que acontece.***

**(V) *Tudo que pensamos, acreditamos e produzimos as causas corretas (harmonia com a lei) acontece.***

**(V) *Pensar e acreditar é necessário, mas não é suficiente.***



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

### **Conhecendo a primeira verdade**

**Nós criamos 100% da nossa realidade a partir dos nossos pensamentos e limitados pelas nossas crenças e autoimagem**

Os pensamentos são limitados pelo nosso nível de consciência, que está diretamente associado às nossas crenças ou nível de compreensão da realidade.

Nossas crenças limitantes são a origem dos nossos medos.

**VERDADE = LEI = APLICA-SE EM 100% DOS CASOS**



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Os resultados falam a verdade porque revelam a lei.

**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

*Quanto mais clara for a **ESCOLHA (O QUE)** maior será a nossa capacidade de **APRENDER (O COMO)** CRIAR o que desejamos. Isso acontece porque, através do nosso **CONHECIMENTO INTERIOR**, temos **ACESSO À FREQUÊNCIA DE PENSAMENTO** em que a realidade escolhida **EXISTE**.*



## Definição do Cenário de Vida

FASE 1  
EAC

ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO

O cenário de vida funciona como uma referência para garantir a precisão do que queremos criar

P1

Lapidação da Ideia

FASE 2  
CCA

P2

Lapidação da Autoimagem

FASE 3  
DFM

P3

Lapidação da Rotina Inteligente

FASE 4  
IDC

P4



Tempo

Desaceleração

## Definição do Cenário de Vida

FASE 1

EAC

ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO

O cenário de vida funciona como uma referência para garantir a precisão do que queremos criar. A imaginação é simbólica.

P1

Lapidação da Ideia



FASE 2

CCA

O portão 1 é o efeito desejado, a referência. Existe uma correspondência perfeita entre os portões 2, 3 e 4 que conectam causa e efeito

P2

Lapidação da Autoimagem

FASE 3

DFM

P3

Lapidação da Rotina Inteligente

FASE 4

IDC

P4

Tempo

Desaceleração

# PONTO DO MOMENTO

"Como eu vivo  
a melhor  
situação?"



Handwriting practice lines for the 'Ponto do Momento' exercise, consisting of two sets of horizontal lines: blue lines at the top and bottom, and red lines in the middle.

No seu momento atual de vida existem círculos  
(melhores ou piores) acessíveis.

SELECIONE AS MELHORES POSSIBILIDADES

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT



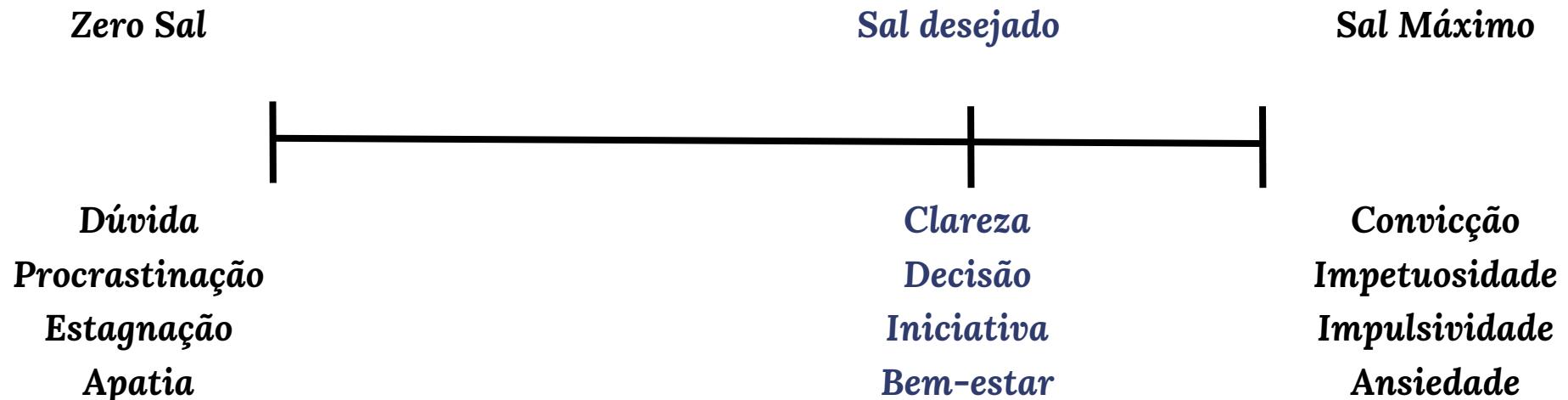


# PASSO 1

# CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

**DECISÃO** é a **CLAREZA** de onde queremos alocar parte da nossa **ENERGIA, consciência ou Poder de Criação.**

## Escolha (o que)



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

**O ÚNICO REQUISITO** necessário para uma **DECISÃO** é a **CLAREZA** do **DESEJO** (este deve ser **ÍNTEGRO**)

*A nossa vida é sobre **CRIAÇÃO** e o processo de evolução está associado à **INTEGRIDADE INTERIOR***

*Devemos buscar as decisões que nos elevam, garantindo que elas sejam pautadas na **SEMENTE DO BEM***



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

Vamos **consolidar** como funciona um tipo de pensamento humano bem **importante**

*Escolha (o que)*



*Sal Máximo*

*Convicção*

*Impetuosidade*

*Impulsividade*

*Ansiedade*

*Desaceleração*

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

Vamos **consolidar** como funciona um tipo de pensamento humano bem **importante**

*Escolha (o que)*



*Sal Mínimo*

*Dúvida*

*Procrastinação*

*Estagnação*

*Apatia*

*Desaceleração*

## Definição do Cenário de Vida

FASE 1

EAC

ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO

*O cenário de vida funciona como uma referência para garantir a precisão do que queremos criar*

P1

*Lapidação da Ideia*

FASE 2

CCA

P2

*Lapidação da Autoimagem*

FASE 3

DFM

P3

*Lapidação da Rotina Inteligente*

FASE 4

IDC

P4



Tempo

Desaceleração

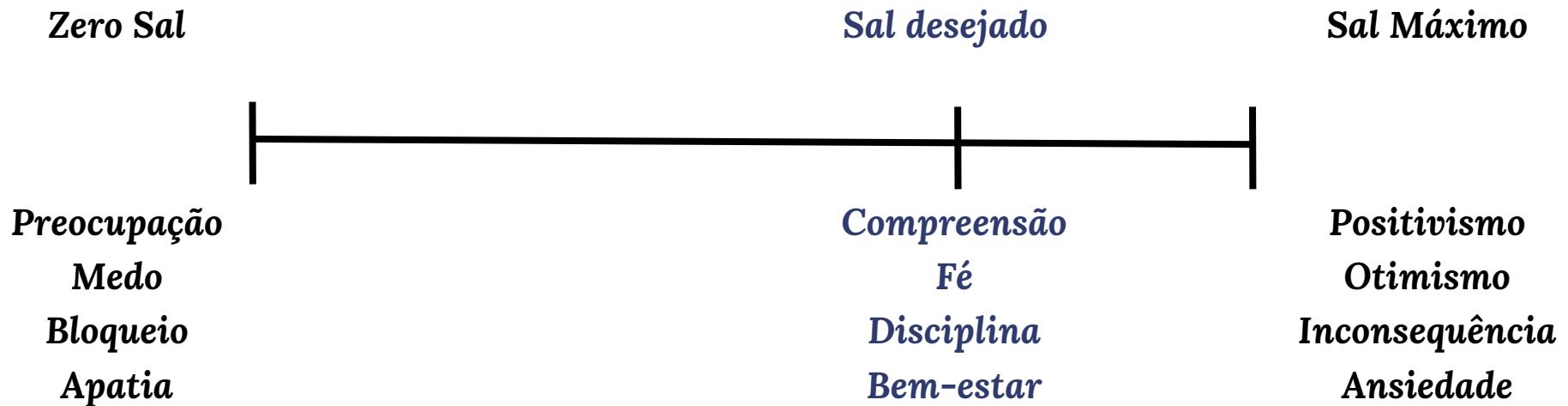


# PASSO 1

# CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

**FÉ** é a manutenção da nossa DECISÃO com **COMPREENSÃO** dos riscos envolvidos e das causas a serem produzidas.

## Aprendizado (o como)



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

*"Desenvolvi uma certeza, uma fé, que me convencia de que eu iria chegar ao outro lado com segurança. Caso contrário, eu jamais daria o primeiro passo". Filme - A Travessia (Philippe Petit)*



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

Vamos **consolidar** como funciona um tipo de pensamento humano bem **importante**

*Aprendizado (o como)*



*Sal Máximo*

Positividade

Otimismo

Inconsequência

Ansiedade

Desaceleração

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

Vamos **consolidar** como funciona um tipo de pensamento humano bem **importante**



*Aprendizado (o como)*



*Sal Mínimo*

*Preocupação*

*Medo*

*Bloqueio*

*Apatia*

*Desaceleração*

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- *Medo como amigo*

Em **gestão de projetos** e em **negócios**, de forma geral, existe um processo de gestão **de riscos (incertezas)**



Precisamos **dedicar nossa energia** para lidar com as circunstâncias que se apresentam ao **longo da jornada**.

Isso vale tanto para identificar **ameaças** quanto para **oportunidades**.



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- Medo como amigo

**Utilizamos um conceito consagrado na AVIAÇÃO para neutralizar os nossos MEDOS de uma forma eficaz.**



Nossos **MEDOS** refletem incertezas ou riscos e também podem ser **NEUTRALIZADOS** com a aplicação correta do mesmo conceito.



## Definição do Cenário de Vida

FASE 1  
EAC

ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO

O cenário de vida funciona como uma referência para garantir a precisão do que queremos criar

P1

Lapidação da Ideia

FASE 2  
CCA

P2

Lapidação da Autoimagem

FASE 3  
DFM

P3

Lapidação da Rotina Inteligente

FASE 4  
IDC

P4



Tempo

Desaceleração

# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Entendendo a fórmula da criação e sua conexão com a lei de causa e efeito

**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

**CAUSA = EFEITO**

**SEMENTE (O QUE) + PROCESSO DE GESTAÇÃO (O COMO) = RESULTADO**

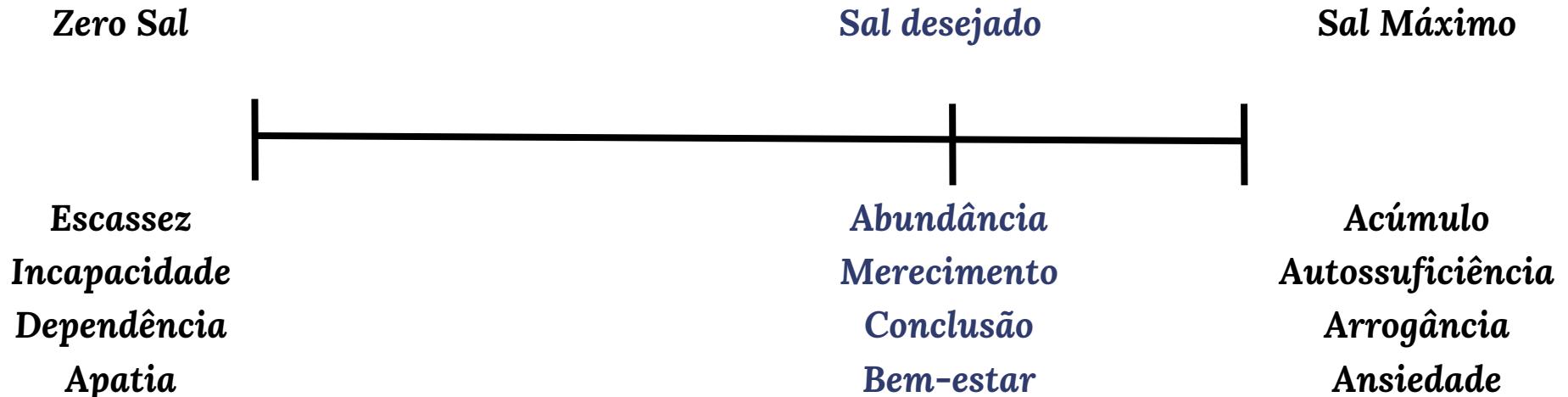


# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

**MERECIMENTO** é a sustenção da nossa **DECISÃO** e da **FÉ** até a **CRIAÇÃO IDEAL** acontecer

### *Criação*



## Definição do Cenário de Vida

FASE 1  
EAC

ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO

*O cenário de vida funciona como uma referência para garantir a precisão do que queremos criar*

P1

*Lapidação da Ideia*

FASE 2  
CCA

P2

*Lapidação da Autoimagem*

FASE 3  
DFM

P3

*Lapidação da Rotina Inteligente*

FASE 4  
IDC

P4



Tempo

Desaceleração

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- A tabela a seguir apresenta a fórmula da criação e suas etapas de desaceleração

ESCOLHA	APRENZIDADO	CRIAÇÃO
CLAREZA	COMPREENSÃO	ABUNDÂNCIA
DECISÃO	FÉ	MERCIMENTO
INICIATIVA	DISCIPLINA	CONCLUSÃO
SEMENTE	PROCESSO DE GESTAÇÃO	RESULTADO

Os resultados falam a verdade porque revelam a lei

# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT**

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.**

# Definição do Cenário de Vida

FASE 1

P1

*Lapidação da Ideia*

FASE 2

P2

*Lapidação da Autoimagem*

FASE 3

P3

*Lapidação da Rotina Inteligente*

FASE 4

P4

*Para conseguirmos colocar em prática as ideias que nos levam até o cenário de vida idealizado, precisamos alterar a nossa autoimagem.*



Tempo

# PROCESSO DE REJEIÇÃO DE IDEIAS

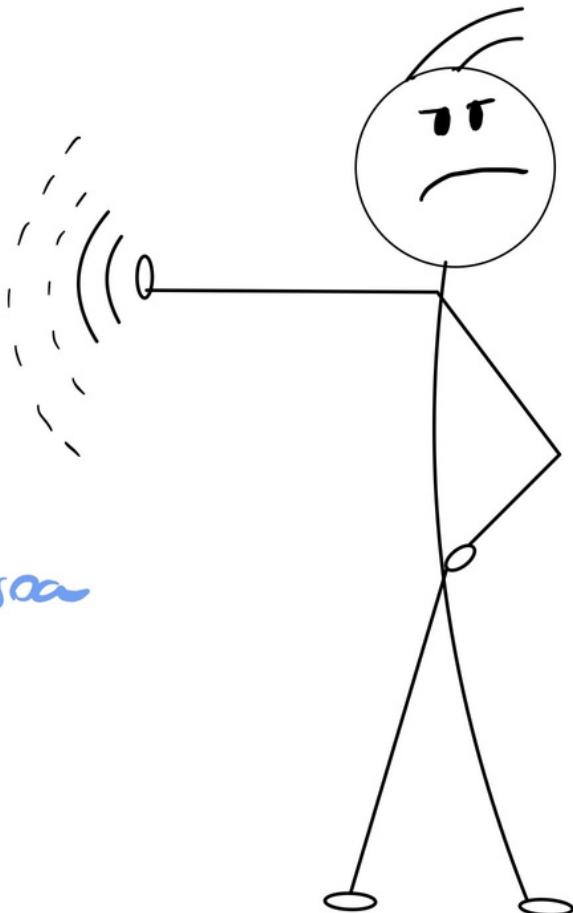


CONCEBER

Ficar rico

Atrair a pessoa que gosto

Desejar um tipo de corpo



Autoimagem  
Cringas

CONSENTIR / REJEITAR

"Não preciso de tudo isso."  
"Não sou materialista."

"Vou tirar o livre arbítrio dela."  
"Vou pagar por isso no futuro."

"Ela não é feliz."

"Não vou tomar anabolizante como ela."

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

*Se você quiser entender o Universo, pense em termos de **ENERGIA**,  
**FREQUÊNCIA E VIBRAÇÃO.** (Nikola Tesla)*

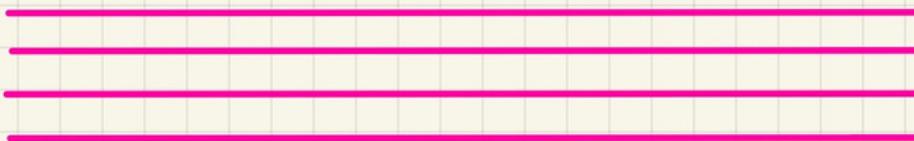
Somos **ENERGIA** e, por isso, podemos tomar a forma que desejarmos.

É um processo de lapidação da pessoa que somos.

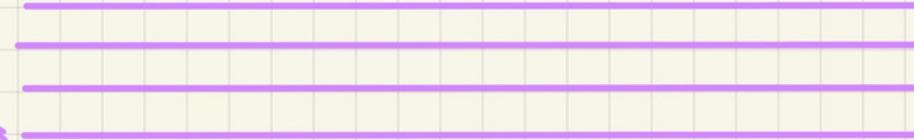


# MUDANÇA DE FREQUÊNCIA

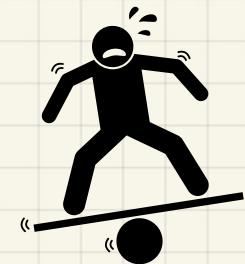
- As frequências são infinitas



- Olhar atônico conectadas com as frequências imediatamente superiores e inferiores



- Quando subimos de frequência  
Tendemos à desestabilização



(B)

- Quando tomamos uma decisão  
mudamos de frequência

(A)

Quando acessamos uma frequência de pensamento, fazemos isso em 3 etapas

Clareza  
Compreensão  
Abundância

A velocidade de entrada em cada etapa da frequência depende do grau de intensidade aplicado e a faixa que estamos é definida pelo grau de naturalidade/estabilidade

# PONTOS RELEVANTES

- À medida que subimos de frequência e passamos a lidar com criação de maior magnitude nossa falta ou capacidade de dominar a energia produz efeitos mais evidentes.
- A falta de atenção ao dirigir um carro em baixa velocidade produz um efeito muito menor (talvez impossível de ser percebido) do que a mesma falta de atenção em alta velocidade.



# PONTOS RELEVANTES

- Podemos mudar de frequência em segundos, mas nos estabilizamos e permanecemos em uma que esteja em harmonia com as nossas crenças
- A tentativa de se estabilizar em frequências mais elevadas demanda mudança de autoimagem, do contrário não conseguimos manter a energia equilibrada, processo necessário para criar campo de atração
- Ao tentar mudar de frequência de realidade devemos estar atentos aos testes de clareza



# OS LIMITES DA NOSSA AUTOIMAGEM



Nova Mandi



Autoimagem alterada

Crenças alteradas



Nova  
Realidade



Mandi



Autoimagem atual

Crenças atuais



Resultado  
atual



CIMT

# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

**Como criamos 100% da nossa realidade a partir dos nossos pensamentos se existem outras pessoas no mundo que podem interferir na nossa criação?**

Algumas coisas somos capazes de perceber que dependem 100% de nós:

A construção do nosso corpo (ganho de massa, emagrecimento)

Ganhar performance em um esporte

Adquirir um tipo de conhecimento

Outras, parecem não depender 100% de nós, como:

Conseguir um emprego

Ganhar uma competição esportiva

Passar em um concurso que possui uma vaga



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

Há fenômenos que desafiam ainda mais a nossa capacidade de entender essa afirmação:

Conseguir um relacionamento com uma pessoa específica

Conseguir uma vaga específica dentro de uma empresa

Se curar de uma doença

E o que dizer

Do COVID

Do acidente no World trade center

Das Guerras

Das Crises econômicas e políticas

Das crianças que nascem vivendo determinadas situações desafiadoras  
(abuso, doenças)

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

A todo momento nós transmitimos e recebemos informações. Algumas são **visíveis** (hábitos, comportamentos, conversas, posturas, gestos) e podem ser camufladas.

Mas existem aquelas que não somos capazes de “disfarçar”, que chamamos de informações **invisíveis**. Essas acontecem de forma mais acelerada e são transmitidas a partir das imagens que criamos, dos diálogos que fazemos mentalmente, daquilo que pensamos, sentimos e vibramos.



*Se você quiser começar a entender Deus,  
pense nEle como uma ideia.*



# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

Tanque de prova / Túnel de vento / Maquetes



*A experiência física é rica porque nos possibilita SENTIR, VER e TOCAR os nossos PENSAMENTOS.*



# **PASSO 01**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Em poucas palavras, entre os mais de **8 bilhões de seres humanos** existentes no planeta, **encontramos todos os tipos de pessoas vivendo em todos os tipos de realidades.**

Podemos afirmar que existem pessoas gananciosas, invejosas, maldosas, oportunistas, medrosas e ciumentas.

Podemos afirmar também que existem pessoas bondosas, amigas, amáveis, corajosas, decididas, dedicadas, inteligentes no mundo.

Exatamente por isso, somos capazes de criar e viver qualquer experiência. Sempre haverá pessoas para nos ajudar a enxergar as nossas crenças e compor a nossa **frequência de realidade.**



# PASSO 01

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- VERDADE 2

**Nós estamos UNIDOS e vivendo em um ESFORÇO COLABORATIVO de diversos tipos de consciências.**

*As pessoas nos ajudam a validar as nossas CRENÇAS, a vida funciona como um grande JOGO DE CRESCIMENTO E APRENDIZADO.*

### LÓGICA DIVINA

**VERDADE = LEI = APLICA-SE EM 100% DOS CASOS**



***Relacionamento é sempre sobre você.***



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

*Mudar os nossos resultados demanda mudança da nossa forma de pensar - ganhar compreensão*

**‘Se você quiser entender o Universo, pense em termos de ENERGIA, FREQUÊNCIA E VIBRAÇÃO (Nikola Tesla)’**



# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

### **ENERGIA**

Onde alocamos a nossa energia

As crenças atrapalham a forma como usamos a nossa energia

Os outros também são energia

Existe sinergia? Ou segregação? Existe conflito de interesses?

Objetivo em comum

O relacionamento é um ensaio para a grande união -  
alta complexidade



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Entendendo a fórmula da criação e sua conexão com a lei de causa e efeito

**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

**CAUSA = EFEITO**

**SEMENTE (O QUE) + PROCESSO DE GESTAÇÃO (O COMO) = RESULTADO**



*Todos nós somos uma massa de energia  
que está vibrando em uma determinada  
frequência*

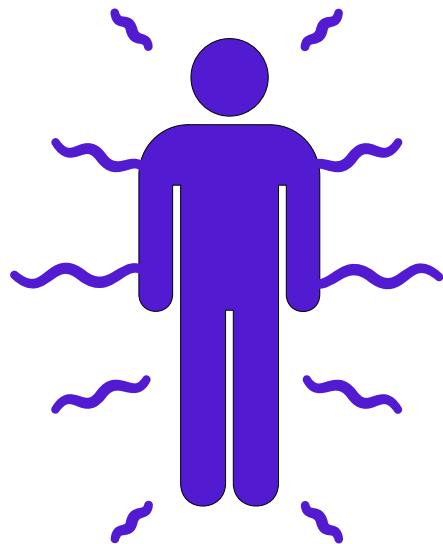


# PASSO 1

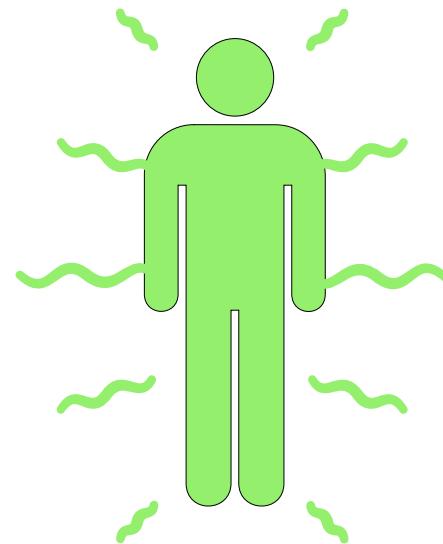
## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

Nosso corpo físico é uma massa de energia que está vibrando.

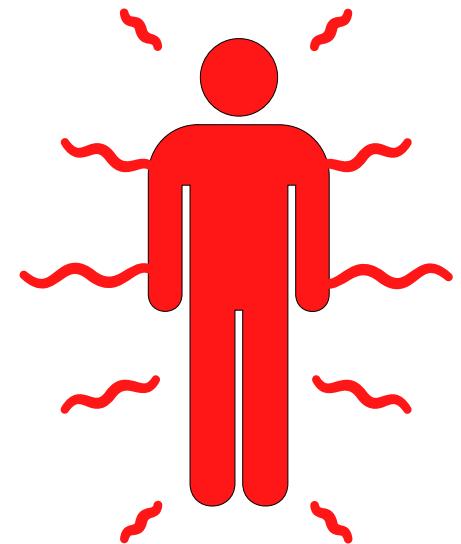
### *Tipos de Vibração*



*Apatia*



*Bem-estar*

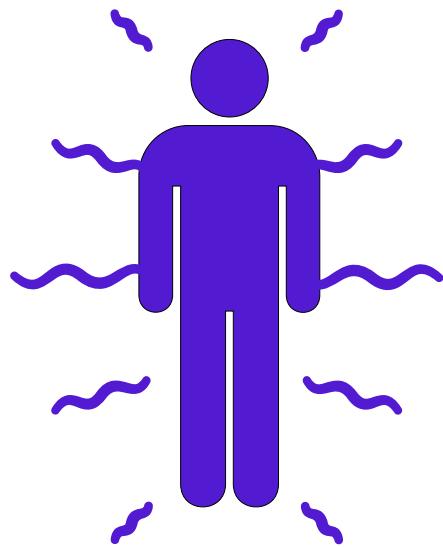


*Ansiedade*

# PASSO 1

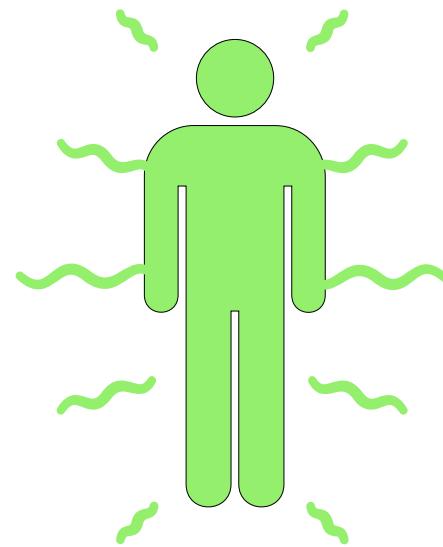
## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

### *Tipos de Vibração*



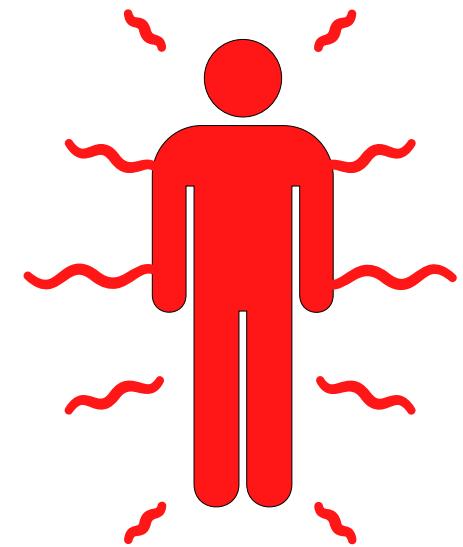
#### **Apatia**

Angústia  
Vergonha  
Culpa  
Decepção  
Tristeza  
Mágoa



#### **Bem-estar**

Integridade  
Gratidão  
Amor  
Compaixão  
Respeito  
Justiça



#### **Ansiedade**

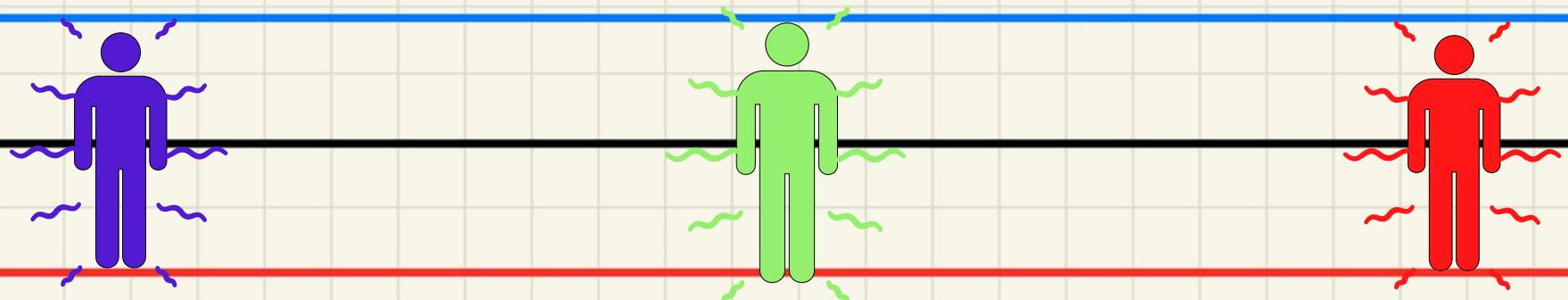
Raiva  
Vingança  
Tercerização  
Ganância  
Inveja  
Oportunismo

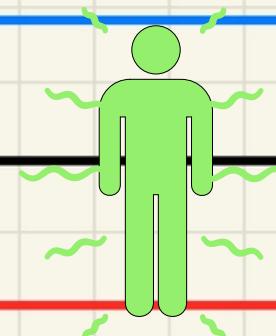
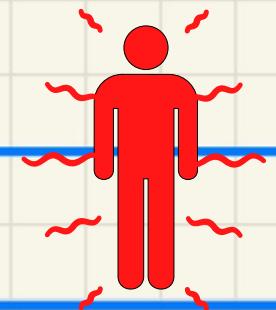
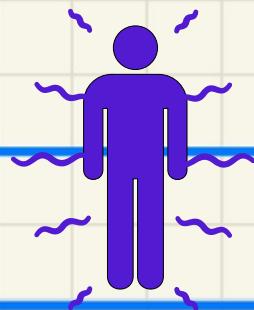
**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

**DECISÃO + FÉ = MERECIMENTO**



# RESULTANTE





# PONTO DO MOMENTO

"Como eu vivo  
a melhor  
situação?"

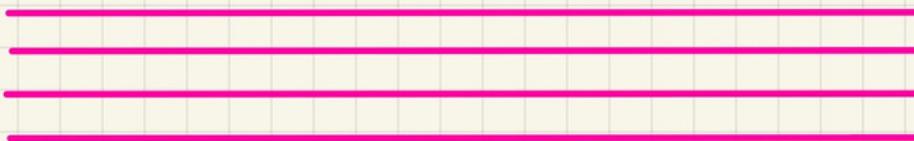


Handwriting practice lines for the 'Ponto do Momento' exercise, consisting of two sets of horizontal lines: blue lines at the top and bottom, and red lines in the middle.

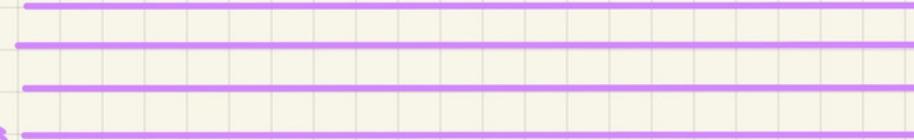
No seu momento atual de vida existem círculos  
(melhores ou piores) acessíveis.

# MUDANÇA DE FREQUÊNCIA

- As frequências são infinitas



- Olhar atônico conectadas com as frequências imediatamente superiores e inferiores



- Quando subimos de frequência  
Tendemos à desestabilização



(B)

- Quando tomamos uma decisão  
mudamos de frequência

(A)

# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Entendendo a fórmula da criação e sua conexão com a lei de causa e efeito

**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

**CAUSA = EFEITO**

**SEMENTE (O QUE) + PROCESSO DE GESTAÇÃO (O COMO) = RESULTADO**



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

Se você quiser entender o Universo, pense em termos de **ENERGIA, FREQUÊNCIA E VIBRAÇÃO** (Nikola Tesla)

Nem todas as pessoas que estão na nossa vida, são opostas energeticamente e, ainda assim, temos afinidade por algumas (amizade, família..)

*O que define quem está na nossa realidade?*



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

### **ESFORÇO COLABORATIVO**

As pessoas se aproximam de nós para verbalizar os nossos pensamentos e validar as nossas crenças e a forma como nos enxergamos (transmissão dos nossos pensamentos).

*A experiência física é rica porque nos permite ver, sentir e tocar os nossos pensamentos (as pessoas nos ajudam a revelar aquilo que pensamos).*





# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Ao considerar a mudança de realidade que vivemos nos últimos anos como um exemplo, podemos afirmar que a forma como pensamos mudou. Essa mudança nos levou a trabalhar em novas ideias, o que produziu novos resultados.

Isso significa que se uma pessoa continuar pensando da mesma forma, ela terá os mesmos resultados.

# OS LIMITES DA NOSSA AUTOIMAGEM



Nova Mandi



Autoimagem alterada

Crenças alteradas



Nova  
Realidade



Mandi



Autoimagem atual

Crenças atuais



Resultado  
atual

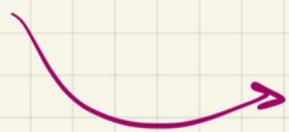


CIMT

## Fréquencia arual (Forma de pensar)



Bem - estar  
(Informações  
precise)



Cenáculo arual ( atração de pensar)  
Colaboração

*"A experiência física é rica porque nos possibilita SENTIR, VER e TOCAR os nossos PENSAMENTOS."*



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

Exemplos:

"Homem não presta"

"Homem bom só se ferra"

"Mulher só gosta de homem com dinheiro"

"Relacionamento com o tempo esfria"

"Sociedade não dá certo"

"Trabalhar com marido/família não dá certo"

"Dinheiro é sujo"

"Dinheiro não dá em árvore"

"Patrão é tudo pão duro"



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

"Homem não quer mulher que já tem filho"

"Os filhos abandonam a gente depois de crescer"

"Mulher bonita é sempre comprometida"

"Quando eu tenho dinheiro, as pessoas começam a me pedir emprestado"

"Eu não sou bonita"

"Eu não sou competente/inteligente"

"Eu não sou capaz"

"Eu já estou velha demais"



*E o que mais explicaria a repetição de ciclos  
na nossa vida?*

*Ainda que mudem as pessoas, as experiências  
se repetem.*

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

Aqui, existe um destaque para a forma como lidamos com as pessoas que fazem parte do nosso cenário de vida. Entendendo que os nossos pensamentos são informações, podemos concluir que as **conversas e imagens mentais**, que parecem ser privadas, na verdade, estão sendo reveladas a todo momento.

Não tenha **medo dos pensamentos**.

Selecione aquilo que você quer!



# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Tudo que existe, tem por trás uma consciência.

A consciência é o que dá forma às coisas.

Objetos também formam nosso cenário de vida e estão  
colaborando com a gente.

Exemplos:

Aluguel/Compra (Amiga no RJ)

G63 (São Paulo)

Aparelhos de academia (fazenda)



# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

Dependendo da informação que emitimos, podemos quebrar objetos (ar condicionado, banheiro vazando, carro..)



# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

- APRENENDENDO A INTERPRETAR O ESPELHO DA VIDA**

Conseguimos perceber, com uma certa facilidade, que criamos as grandes experiências da nossa vida.

Mas se tudo respeita a lei, a grande verdade é que criamos cada segundo vivido.

**E como interpretar o dia a dia, as experiências, os fatos e a rotina?**



# **PASSO 1**

## **CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

A fórmula da criação da CIMT nos auxilia na interpretação do espelho da vida. Através dela, podemos observar tudo que está diante dos nossos olhos e presente na nossa vida no **Ponto do Momento**.

**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

**CAUSA = EFEITO**

**PODEMOS CONCLUIR QUE A NOSSA VIDA É SOBRE ESCOLHA E  
PROCESSO DE APRENDIZADO, OU AINDA, QUE ELA É SOBRE CRIAÇÃO**

# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

- APRENENDENDO A INTERPRETAR O ESPELHO DA VIDA**

É bastante comum, quando estamos em dúvida, que as pessoas ao nosso redor questionem aquilo que estamos fazendo.

**Nesse momento, você pode estar se perguntando o seguinte?**

E a pessoa que está envolvida em um desastre, uma guerra ou algum evento de grande proporção? Ela escolheu estar ali?

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **APRENDENDO A INTERPRETAR O ESPELHO DA VIDA**

Dentro do espelho da vida, o nível de compreensão que temos sobre o que estamos fazendo também ficará evidente e, da mesma forma, as pessoas nos ajudam a enxergar isso.

Nossas crenças são uma tentativa de compreender a realidade que nos cerca, fazem parte do processo de busca pela verdade.

Para expandirmos a nossa compreensão e encontrarmos as soluções dos desafios que vivemos, devemos separar os fatos das suposições, premissas ou hipóteses. **Quanto mais crença limitante temos, menor é a nossa capacidade de perceber a realidade e a verdade por trás dos fatos.**

# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

- APRENENDENDO A INTERPRETAR O ESPELHO DA VIDA**

Os resultados falam a verdade porque revelam a lei. Dessa forma, eles são uma fonte poderosa de feedback.

Se desejarmos modificar o reflexo do espelho, a única maneira é mudando dentro de gente primeiro.



*Alguns aspectos estão tão permeados na nossa vida que não somos capazes de perceber o seu impacto. Quanto maior o nível de crenças limitantes, menor é a nossa capacidade de percepção da realidade e isso nos impede SILENCIOSAMENTE de entender profundamente que somos criadores de 100% da nossa realidade*

# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

- CONSIDERAÇÕES FINAIS SOBRE O ESFORÇO COLABORATIVO**

Que as consciências estão em um esforço colaborativo, nós já entendemos.

Mas esse conceito, quando vivenciado na prática, pode gerar a falsa sensação de que não temos controle sobre nós mesmos, que somos obrigados a colaborar com o outro nessa dinâmica. Muitas vezes nos sentiremos impelidos a isso.

Podemos, no entanto, escolher não colaborar, caso esse evento vá gerar uma reação (da nossa parte) indesejada.

Ex.: relação com a mãe, cônjuge ou no trabalho

# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

- A IMPORTÂNCIA DA REPETIÇÃO DOS CONCEITOS**

O "faixa preta" e o "faixa branca" de jiu-jitsu têm acesso ao mesmo conhecimento.

Dentre os seus diferenciais estão: capacidade de execução dos conceitos básicos e a quantidade de vezes em que colocaram aqueles conceitos em prática. No geral, vemos esse comportamento em todos os esportes.



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **VERDADE 2**

Nós estamos **UNIDOS** e vivendo em um **ESFORÇO COLABORATIVO** de diversos tipos de **CONSCIÊNCIAS**.

Mas o que é **CONSCIÊNCIA**?

*Essa resposta é necessária para finalmente entendermos como são criados os eventos de massa, as experiências de infância e os desastres naturais.*

*Por fim, vamos consolidar a terceira verdade e explorar o potencial que existe no SONO e o CONHECIMENTO INTERIOR que temos a nossa disposição.*

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- ASPECTOS RELEVANTES DA CONSCIÊNCIA

*Através de uma consciência podemos nos conectar a outras. Ela funciona como uma linguagem universal que possibilita a UNIÃO DE TUDO QUE EXISTE.*

***Uma CONSCIÊNCIA pode se conectar a outras de forma ORGANIZADA, produzindo um TODO que é maior do que a SOMA DAS PARTES.***

*Esse princípio está por trás de tudo que criamos na nossa vida, incluindo o nosso corpo e os objetos ao nosso redor.*

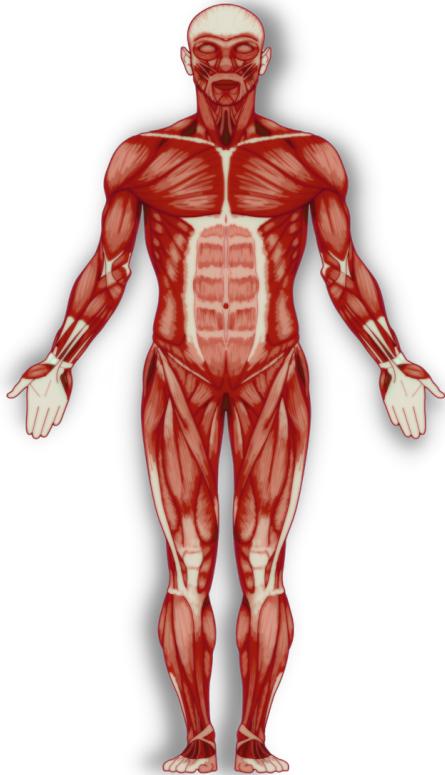


# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- ASPECTOS RELEVANTES DA CONSCIÊNCIA

Um todo que é uma realidade em si, diferente da soma de suas partes.



O corpo físico é um ótimo exemplo de como uma consciência é capaz de organizar outras menores na formação de um TODO.

**Correspondência:** Se quisermos entender a DEUS, precisamos nos entender primeiro.

## PASSO 1

### CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **ASPECTOS RELEVANTES DA CONSCIÊNCIA**

Vamos olhar para nossa fórmula da criação e perceber a relação dela com a consciência.

**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

*Quando escolhemos criar uma realidade, direcionamos parte da nossa consciência para isso. Quanto maior o foco e concentração na escolha, mais rápido será o processo de criação.*

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- O QUE É CONSCIÊNCIA?

**NÃO SOMOS uma consciência, nós TEMOS uma consciência.**

A **CONSCIÊNCIA** cria a forma física e não física (mental). Por trás de tudo que conhecemos existe uma consciência com **parâmetros específicos**.

*Através dos parâmetros, a CONSCIÊNCIA define a forma como percebemos a realidade.*

**TEMPO E ESPAÇO** são parâmetros fundamentais da nossa consciência.

*Note que existem diversas coisas no nosso ambiente que não somos capazes de perceber, da mesma forma que o tempo muitas vezes parece passar de forma relativa.*

ENERGIA

Poder Original

SOMOS ENERGIA E PODEMOS NOS TRANSFORMAR

*A criação da forma física e não física é uma transformação ou desaceleração da energia original*

CONSCIÊNCIA

Paramêtros de percepção

FORMA MENTAL

Pensamentos e sentimentos

FORMA FÍSICA



Tempo

Corpo físico e objetos

Desaceleração

# EXISTÊNCIA FÍSICA

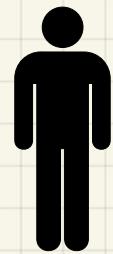


**Passado**

**Presente**

**Futuro**

# EXISTÊNCIA FÍSICA



**Ponto do momento  
(tempo e espaço)**



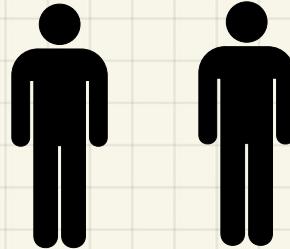
**Passado**

**Presente**

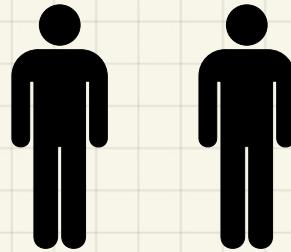
**Futuro**

# EXISTÊNCIA FÍSICA

**Passado**



**Presente**



**Futuro**



## REGRAS DO JOGO:

Nossa consciência física está programada para viver diferentes Pontos do Momento da nossa existência.

Ela se move de forma linear e progressiva, por isso temos a sensação do tempo passando.

Podemos nos mover de frequência de realidade (para cima ou para baixo), mas continuamos seguindo um padrão linear e prospectivo (da esquerda para direita).

Percebemos a experiência de forma tridimensional (largura, altura e profundidade), ou seja, limitada por esses parâmetros da consciência.

Sabemos que muitas coisas existem no nosso ambiente e não são vistas (rádio, TV e WI-FI, por exemplo).

# **PASSO 1**

## **CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT**

- VERDADE 3**

**Somos ETERNOS e vivemos uma experiência sem limitação de TEMPO e ESPAÇO enquanto dormimos.**

*Nós temos acesso a todo conhecimento interior da nossa alma e através do sono podemos acelerar o processo de aprendizado, cura e criação.*

**VERDADE = LEI = APLICA-SE EM 100% DOS CASOS**





# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **A CONSCIÊNCIA E O SONO**

Enquanto vivemos, passamos boa parte da nossa vida dormindo. Como isso acontece desde que nascemos, raramente nos questionamos sobre o motivo disso. Simplesmente aceitamos que "precisamos nos recuperar" e não nos colocamos a refletir sobre os mistérios que passamos a vida inteira visitando.

Além disso, é bastante curioso o fato de ser extremamente ameaçador à nossa saúde, a falta do sono.

Questões como essas nos nortearam a buscar conhecimentos mais profundos sobre esse período em que estamos "fora".

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

**scientific** reports



Check for updates

OPEN

**Splitting sleep between the night  
and a daytime nap reduces  
homeostatic sleep pressure  
and enhances long-term memory**

James N. Cousins<sup>1,2,3,5</sup>, Ruth L. F. Leong<sup>1,5</sup>, S. Azrin Jamaluddin<sup>1</sup>, Alyssa S. C. Ng<sup>1</sup>,  
Ju Lynn Ong<sup>1</sup> & Michael W. L. Chee<sup>1,2,4</sup>✉

*Dividir o sono entre a noite e um cochilo diurno reduz a pressão do sono  
homeostático e melhora a memória de longo prazo*

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **MODELO DE SONO DO BEBÊ**

Os RNs costumam dormir de 14 a 17 horas diariamente de forma fracionada. Criam intervalos de 3-4 horas, mais ou menos padronizados.

Conforme vão se desenvolvendo fisicamente (após os 3 meses), os períodos acordados aumentam e eles começam a estabelecer melhor a diferença entre o dia e a noite, dormindo mais à noite, mas continuando com dificuldade de entrar no nosso padrão de sono.



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

IDADE (MESES)	TEMPO ACORDADO
0 a 1	até 40 min
1 a 2	de 40 a 60 min
2 a 3	de 60 a 80 min
3 a 4	de 60 a 90 min
4 a 6	no máximo entre 1h15 e 1h45
6 a 8	aproximadamente 2h30
18	de 4h a 6h

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **MODELO DE SONO DO BEBÊ**

Quando estamos estabelecendo uma rotina com o bebê que acaba de vir ao mundo, respeitamos o que chamamos de "janela de sono", o período entre sonecas em que ele está disposto, acordado, ativo, sem sinais de cansaço. Ao menor sinal de cansaço (esfregar de olhos, irritabilidade) somos orientados a colocá-lo novamente para dormir.

O bebê é bastante dependente ainda da experiência não-física, que é onde consegue se orientar. Essa integração/adaptação com a experiência física vai ocorrendo aos poucos, a cada bloco de sono.



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **A CONSCIÊNCIA E O SONO**

*Em primeiro lugar, precisamos saber que a CONSCIÊNCIA nunca dorme. Enquanto estamos acordados, ela está voltada para experiência física e quando estamos dormindo, para a experiência não física.*

12h00

**Ao longo do dia, experimentamos diferentes picos de consciência.**

Nos sentimos sonolentos, muitas vezes, e em outros momentos experimentamos um elevado nível de clareza e concentração no que estamos fazendo.

Mesmo acordados, podemos estar focados ou dispersos em uma determinada atividade.

# FASES DO SONO

## VIGÍLIA



## FASE 1



### Sono Não-REM 1

Período de transição entre os estados deserto e adormecido.

Queda na temperatura do corpo e desaceleração dos batimentos cardíacos, respiração e atividade cerebral.

## FASE 2



### Sono Não-REM 2

Corresponde a até 50% do sono total.

Preparo do corpo para atingir os estados mais profundos do sono, relaxando os músculos e diminuindo ainda mais a respiração.

## FASE 4



### Sono REM

Paralisação temporária da musculatura, mas com atividade intensa dos olhos e músculos da respiração.

Atividade cerebral intensa, permitindo sonhos mais vívidos e realistas.

## FASE 3



### Sono Não-REM 3 ou Sono de Ondas Lentas

Fase restaurativa do sono, permitindo que o corpo descance de verdade e fortalecendo a imunidade.

Se despertar durante o sono profundo, a pessoa pode ficar até uma hora com a atividade cerebral prejudicada.

# SONO NÃO-REM

## (FASE 1)

É uma transição entre a vigília (acordado) e o sono.

Um ótimo momento para orientação/sugestões

A consciência se volta para dentro.

Deixamos a experiência física pouco a pouco.



Os batimentos cardíacos, a respiração e os movimentos dos olhos ficam lentos. Os músculos começam a relaxar, com espasmos ocasionais, e as ondas cerebrais começam a se modificar.

# SONO NÃO-REM

## (FASE 2)

Chegamos em uma área onde agimos como receptores. Estamos abertos à comunicação.

Recebemos, então, mensagens telepáticas e clarividentes.

Podemos apresentar várias sensações físicas, todas interpretações daquilo que estamos passando nessa área.

Sensação de queda, de expansão..

Após a entrada nessa área, podemos criar "sonhos" com as informações da experiência física que atravessaram essas primeiras duas fases.

É intermediária e antecede o sono profundo. Nos primeiros ciclos dura de 10-25 minutos. Depois, aumenta.

O batimento cardíaco e a respiração diminuem, e os músculos relaxam mais. A temperatura corporal cai, o movimento dos olhos cessa e as ondas cerebrais ficam mais lentas.



**CIMT**

# SONO NÃO-REM (FASE 3)

Agora em outra área/camada, vozes, imagens e conversas estão presentes.

Nossa consciência sintoniza-se firmemente com outras comunicações, e, posteriormente, pode transformar isso em sonhos leves.

Em algum momento dessa fase entramos em uma área protegida, acessando outras realidades e também probabilidades. Não existe tempo como conhecemos, aqui. Podemos vivenciar anos em minutos.



Esse é o sono profundo, do qual dependemos muito para acordar com disposição de manhã.

Há evidências de que o sono profundo seja especialmente importante para a secreção do hormônio de crescimento, a criatividade, a perspicácia e a imunidade.

Essa é a fase em que o batimento cardíaco, a respiração e os músculos ficam mais relaxados, e as ondas cerebrais ficam ainda mais lentas.

Portanto, ruídos e outros estímulos externos não nos acordam facilmente.

Essa fase do sono pode durar de 20-40 minutos nos ciclos da primeira metade da noite.

**Depois, acontece em períodos mais curtos.**

# **SONO NÃO-REM**

## **(FASE 3)**



Nas áreas mais protegidas do sono, as barreiras aparentes entre muitas camadas de realidade desaparecem.

Ficamos conscientes, por exemplo, de algumas realidades prováveis.

Escolhemos quais os atos prováveis desejamos realizar na experiência física e realizamos outros atos prováveis durante os sonhos.

**Fazemos isso individualmente, mas também o fazemos coletivamente em níveis nacional e global.**

# SONO REM

## (FASE 4)

Voltamos, então, para a realidade física em uma área marcada como sono REM, onde criamos sonhos orientados fisicamente, colocando em uso o conhecimento que adquirimos.

O sono REM só ocorre pela primeira vez depois de cerca de 90 minutos dormindo, e se repete várias vezes ao longo da noite, com duração cada vez maior, especialmente na segunda metade da noite.



O sono REM parece ser fundamental para a manutenção das funções cognitivas, como memória, criatividade e a capacidade de aprender, além de proporcionar bem-estar.

Os sonhos podem ocorrer em todas as fases do sono, mas aqui eles parecer ser mais vívidos e intensos.

Os olhos fechados, se movem rapidamente de um lado para o outro, como se observassem muitas coisas por debaixo das pálpebras. As ondas cerebrais se parecem com aquelas de quando estamos acordados.

A respiração se torna mais rápida e irregular, e a frequência cardíaca e a pressão arterial aumentam para níveis próximos ao de vigília. Mas, os demais músculos estão paralisados.

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **FRACIONAMENTO**

Quando dormimos da maneira tradicional, ou seja, passando por 4-5 ciclos completos de sono (cada ciclo inclui essas 4 fases - 1:30h), vivenciamos com mais intensidade as fases "superficiais" (2 e 4), onde estamos mais próximos da experiência física. Por essa razão, quando dormimos muito, acabamos acordando cansados (gasto de energia no sono REM).

Diminuímos a possibilidade de utilizar com eficiência as informações e experiências vivenciadas nas áreas protegidas.

Isso resulta, em muitos casos, em dificuldade de orientação no plano físico, oscilações emocionais, poucos picos de consciência (o que diminui a produtividade), falta de energia e vigor físico.

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **FRACIONAMENTO**

Blocos de 3 horas (dormindo o total de horas necessárias no dia, que é individual e varia em função da pessoa e do dia) parecem ser mais vantajosos para realizar essa integração entre a experiência física e não física, já que as fases mais superficiais do sono ainda não estão tão alongadas, nos fazendo esquecer do que vivemos.

Se sugestões corretas forem feitas na hora de dormir (input), podemos obter respostas e auxílio na área protegida do sono.

Quando entramos no segundo ciclo, permanecemos alinhados ao que sugerimos inicialmente, sem que haja tanta dispersão.

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

A rotina de sono é algo individual e deve ser sempre montada de acordo com a realidade de cada indivíduo e avaliada segundo determinados parâmetros:

- Como está o meu controle emocional? Estou apático ou ansioso?
- E o meu nível de clareza? Estou aéreo demais? Ou raciocino bem?
- Acordo disposto?
- Eu sinto bem-estar?
- Como estão os meus hormônios?
- E a minha consistência muscular?
- Como está a minha libido?
- E o meu metabolismo?
- Eu consigo ter muitos picos de consciência ao longo do dia?
- Sinto sono e me forço a ficar acordado?
- Preciso de muito café ou bebida estimulante?

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **SONO E SONHOS**

"Em sua maioria, os sonhos são como cartões postais animados, trazidos de uma viagem da qual vocês quase já se esqueceram. Sua consciência já está novamente orientada para a realidade física; o sonho é uma tentativa de traduzir as experiências mais profundas em formas reconhecíveis. As imagens do sonho são também muito codificadas, constituindo sinais para eventos subjacentes basicamente indecifráveis.

Os Speakers ajudam vocês na formação de sonhos que são, na verdade, produções artísticas multidimensionais de um certo tipo – os sonhos existindo em mais de uma realidade, com efeitos que dissecam vários estágios de consciência reais. É por este motivo que as inspirações e as revelações fazem, tantas vezes, parte de um sonho.

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **SONO E SONHOS**

Separados do foco físico, vocês estão em uma posição melhor para ouvir os Speakers, para traduzir suas instruções, para praticar a criação de imagens e para serem guiados nos métodos de manutenção da saúde do corpo físico.

Nas áreas mais protegidas do sono, as barreiras aparentes entre muitas camadas de realidade desaparecem. Você ficam conscientes, por exemplo, de algumas realidades prováveis. Escolhem quais os atos prováveis que desejam realizar em seu sistema. Realizam outros atos prováveis durante os sonhos. **Fazem isso individualmente, mas também o fazem coletivamente em níveis nacional e global.**

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **SONO E SONHOS**

A consciência, em diferentes níveis ou estágios, percebe diferentes tipos de eventos. A fim de perceber alguns deles, vocês precisam apenas aprender a mudar o foco de sua atenção de um nível para outro.

Alterações químicas e eletromagnéticas mínimas acompanham esses estágios de consciência, além de ocorrerem certas mudanças físicas, dentro do próprio corpo, na produção de hormônios e na atividade pineal.

Em geral vocês deslizam do estado de vigília para o sono sem jamais notar as várias condições de consciência pelas quais passam; contudo, elas são várias."

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **PHILL HEAT**

Atleta de fisiculturismo com ganho expressivo de massa muscular. Em entrevista (2014), relatou dormir 4h por noite, quando no pico da sua performance, tirando ainda cochilos durante o dia.



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **NICK LITTLEHALES**

Nick se tornou um coach de sono desportivo que, com seu método, obtém ótimos resultados com atletas de futebol, basquete, poker, inclusive com times inteiros de futebol como o Manchester United e a seleção de futebol da Inglaterra. Foi quem ensinou Cristiano Ronaldo a dormir.

Segundo o portal britânico "The Sun", o **craque do Manchester United** foge da habitual rotina dos jogadores de futebol. Diariamente, CR7 costuma dormir 7 horas. Nada muito comum. Porém, o português prefere dividir o sono diário entre cinco períodos e seis períodos, todos de uma hora e meia.

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

Vamos retornar para a fórmula da criação para reforçamos a importância dos conceitos essenciais antes de mergulhar em conceitos mais profundos e complexos.

**ESCOLHA (O QUE) + APRENDIZADO (O COMO) = CRIAÇÃO**

*Nesse momento, quero destacar que em função da autoimagem todas as nossas criações tem uma tendência de seguirem um padrão pré-estabelecido, isso deve ser identificado desde o início do processo.*

**Chamamos esses padrões de SETPOINT (Financeiro, Amoroso e Metabólico)**

**TODOS OS MODELOS SÃO FALSOS,  
ALGUNS SÃO ÚTEIS.**

**Um CRIADOR precisa ajustar seu SETPOINT  
para desenvolver grandes CRIAÇÕES.**

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

### Criação



Instabilidade  
Apatia

Estabilidade Interior  
Bem-estar

Instabilidade  
Ansiedade

**O BEM E O MAL.**

**O SABOTADOR SILENCIOSO DA NOSSA  
FORMA DE PENSAR.**

**A ORIGEM DO PRECONCEITO.**

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

### CRIAÇÃO

DESTRUIÇÃO

CRIAÇÃO PRECISA

CRIAÇÃO IMPRECISA



*Maldade*

*Bem*

*Ingenuidade*

# PASSO 1

## CONHEÇA OS CONCEITOS FUNDAMENTAIS CIMT

World Trade Center (Bin Laden)  
Alemanhã Nazista (Adolf Hitler)



*Eles convenceram pessoas de toda crueldade era necessária em nome de um "BEM" que acreditavam*

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **PONTO DO NASCIMENTO DE UMA PERSONALIDADE**

**A experiência física tem o objetivo de contribuir com propósitos maiores da nossa personalidade multidimensional e Alma, por isso um plano inicial é traçado.**

Todo processo respeita a natureza da atração. Escolhemos o local, o momento do tempo e a família em que vamos nascer. Decidimos também, no nível não físico, o momento de encerrar a experiência.

Apesar de existir um plano traçado originalmente e suas probabilidades, temos autonomia para mudá-lo a todo momento. Um processo constante de revisão e de feedback da experiência acontece na área protegida do sono.

# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

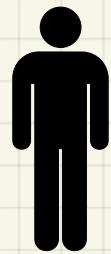
- **PONTO DO NASCIMENTO DE UMA PERSONALIDADE**

**Ninguém nasce em uma família por acaso.** A experiência física se desdobra através de um esforço colaborativo. Pais e os filhos estão, necessariamente, em harmonia no momento do nascimento.

O óvulo fecundado está em constante vibração. Uma vida que esteja em harmonia com essa vibração pode ser atraída a qualquer momento.

O DNA do feto nasce da união das informações genéticas do pai e da mãe. Essa informação reflete as crenças presentes no casal. **Uma vida que está em harmonia se identifica e decide vir para a experiência física.**

# EXISTÊNCIA FÍSICA



**Ponto do momento  
(tempo e espaço)**



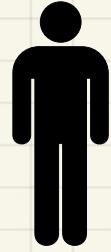
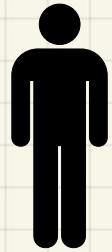
**Passado**

**Presente**

**Futuro**

# EXISTÊNCIA FÍSICA

**Passado**



**Presente**



**Futuro**



## REGRAS DO JOGO:

Nossa consciência física está programada para viver diferentes Pontos do Momento da nossa existência.

Ela se move de forma linear e progressiva, por isso temos a sensação do tempo passando.

Podemos nos mover de frequência de realidade (para cima ou para baixo), mas continuamos seguindo um padrão linear e prospectivo (da esquerda para direita).

Percebemos a experiência de forma tridimensional (largura, altura e profundidade), ou seja, limitada por esses parâmetros da consciência.

Sabemos que muitas coisas existem no nosso ambiente e não são vistas (rádio, TV e WI-FI, por exemplo).

# PONTO DO MOMENTO

"Como eu vivo  
a melhor  
situação?"



Handwriting practice lines for the 'Ponto do Momento' exercise. There are two sets of horizontal lines: a top set in blue and a bottom set in red, separated by a single black line.

No seu momento atual de vida existem círculos  
(melhores ou piores) acessíveis.

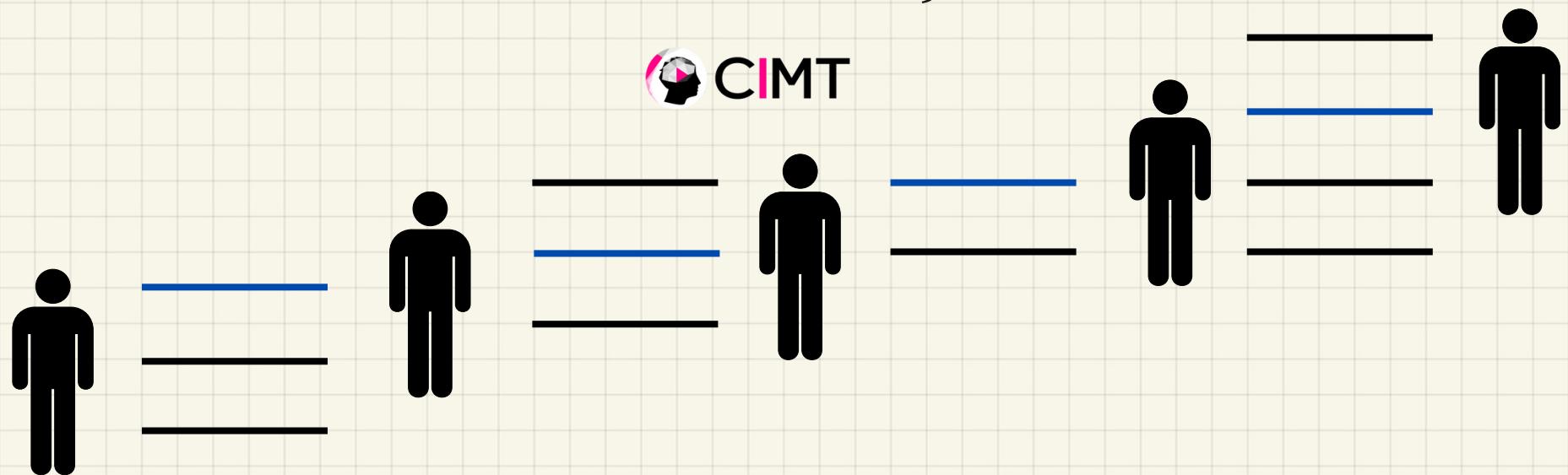
SELECIONE AS MELHORES POSSIBILIDADES



CIMT

# EXISTÊNCIA FÍSICA

As escolhas selecionadas a cada ponto do momento formam a nossa realidade e as não selecionadas formam as realidades paralelas. As comunicações respeitam a natureza da atração.



**Passado**

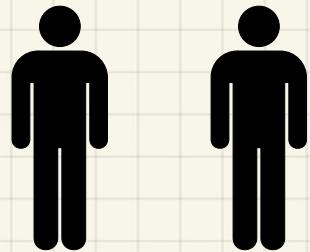
**Presente**

**Futuro**

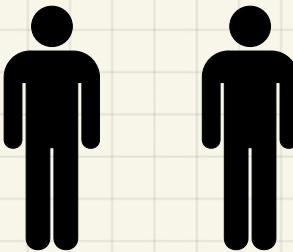
**TODA PERSONALIDADE É NÃO FÍSICA,  
MESMO QUE ELA ESTEJA ENVOLVIDA EM  
UMA EXPERIÊNCIA FÍSICA.**

# EXISTÊNCIA NÃO-FÍSICA

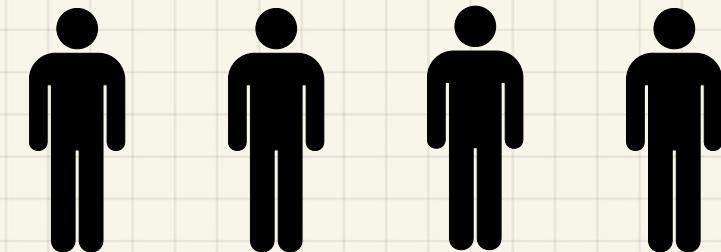
**Séc Passados**



**Séc XXI**



**Séc Futuros**



Durante o sono profundo temos acesso a outras personalidades que compõem a personalidade multidimensional e a nossa alma. O processo de aprendizado e troca de experiência acontece respeitando a natureza da atração, mas com uma elevada capacidade de percepção.

Aqui não existe limitação de tempo e espaço. O acesso a esse conhecimento é possível para todos, mas ele só acontece a medida que tomamos consciência da sua existência e desejamos ativamente.

Rua 18/19

Rua 19/20

Rua 20/21

Rua 21/22

Rua 22/23



# PASSO 1

## CONCEITOS FUNDAMENTAIS DA CIMT

- **PERSONALIDADE MULTIDIMENSIONAL**

Compreende a experiência sob a ótica de múltiplas épocas e múltiplas realidades paralelas em cada uma das épocas.

Essa visão contempla a percepção das porções não físicas e físicas de cada uma das personalidades que compõe a personalidade multidimensional.

A experiência é vivida através de processos associativos ao invés dos parâmetros de tempo (sequência linear) e espaço.

**O que separa as diferentes épocas da existência e as múltiplas realidades paralelas é a frequência em que são percebidas.**

SOMOS ENERGIA





TEMOS UMA CONSCIÊNCIA



**A CONSCIÊNCIA DEFINE A FORMA COMO  
PERCEBEMOS A REALIDADE, ALÉM DE  
POSSIBILITAR A UNIÃO DE TUDO QUE  
EXISTE**

The background features two human silhouettes standing side-by-side against a dark, textured background. Each silhouette is surrounded by a glowing, multi-colored energy field. The energy field for the left figure is primarily green and yellow, with a small red glow at the base. The energy field for the right figure is primarily yellow and green, with a small red glow at the base. The text is centered between these two figures.

NOSSA CONSCIÊNCIA CRIA A FORMA  
MENTAL E FÍSICA

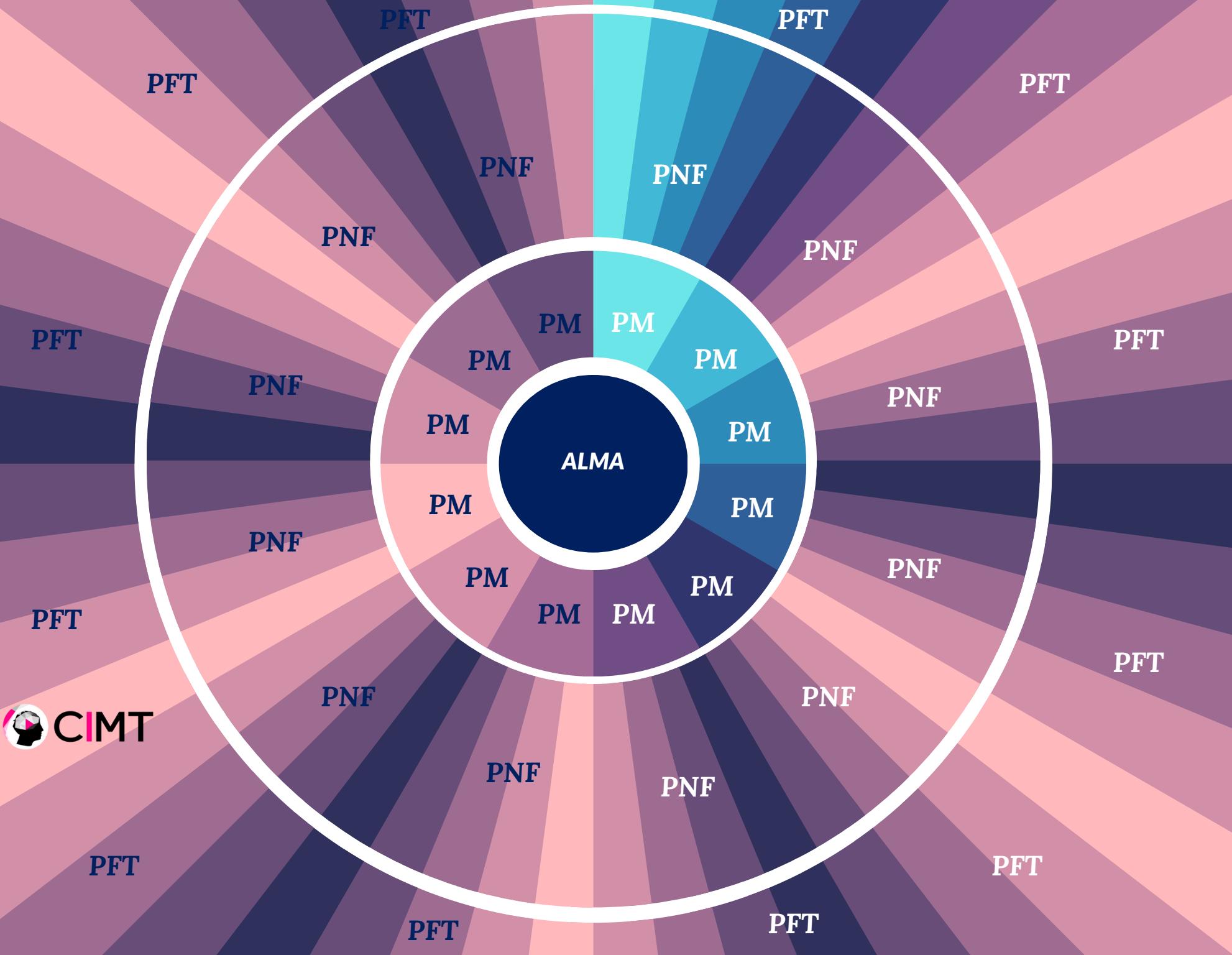


**A CRIAÇÃO ESTÁ CONSUMADA E AO  
MESMO TEMPO ESTÁ EM EVOLUÇÃO.**

**NÃO EXISTE CONTRADIÇÃO NESSA  
AFIRMAÇÃO.**



**CIMT**



**TODAS AS POSSIBILIDADES FORAM  
CRIADAS E, POR ISSO, EXISTEM.**

**NÓS ESTAMOS EXPERIMENTANDO UM  
DETERMINADO PONTO DA CRIAÇÃO.**



