



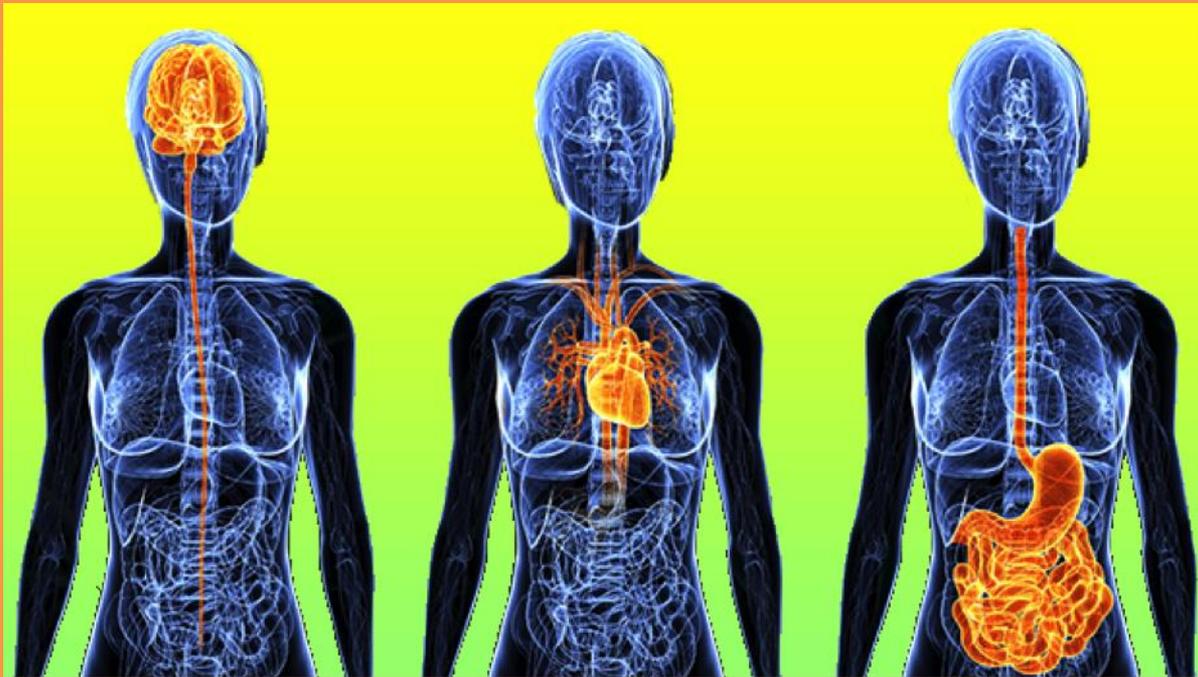
A.M.O.R.

# INTEGRAZIONE dei TRE CERVELLI

ORIENTARE LA MENTE



# LE COMPETENZE PRIMARIE



DELLE TRE INTELLIGENZE

# LE COMPETENZE PRIMARIE DELLE TRE INTELLIGENZE

- Comprendere le Competenze Primarie dei Cervelli Multipli aiuta a Riconoscere il modo in cui Ciascun cervello sta Adempiendo alla Sua Funzione Principale tramite i comportamenti che Manifesta.
- Conoscendo le competenze possiamo capire se i comportamenti le esprimono in modo ottimale oppure le svalorizzano, e quindi sapere il modo utile per intervenire.

Il **Sistema Nervoso Autonomo**, il suo Funzionamento e la interconnessione delle sue due Funzioni Ortosimpatica e Parasimpatica con le Tre Intelligenze(cervello, Cuore, Pancia)

Autonomo significa Automatico, al di fuori del Nostro Controllo Cosciente.

Le sue **Funzioni**:

- Cardiovascolare
- Respiratoria
- Digestiva
- Urinaria
- Riproduttiva
- Reazioni dell'Organismo allo stress.

- **Sistema Nervoso Simpatico** è il Sistema del Combatti o Fuggi.(Stress e Pericolo)
- **Sistema Nervoso Parasimpatico** è il Sistema di Mangia e Riproduci.(Alimentazione, Riproduzione, Quietè e Riposo)

- Il **Sistema Simpatico** si occupa di attacco e fuga in condizioni di Pericolo e stress, quello **Parasimpatico** entra in funzione dopo che lo stress è cessato per riportare le funzioni fisiologiche alla normalità.
- Poiché i due componenti del sistema nervoso autonomo operano in funzione antagonista reciprocamente, la **Dominanza** dell'Uno o dell'Altro porta a modalità di Elaborazione molto diverse nei nostri Cervelli Multipli.
- I Tre cervelli possono operare in modo che esibiscano la dominanza **Simpatica**, **Parasimpatica**, o Entrambe creando **Contrapposizione**.

# ATTIVAZIONE SIMPATICA:

- Dilatazione Pupille ed Apertura delle Palpebre
- Stimolazione delle ghiandole sudoripare
- Dilatazione dei vasi sanguigni nei grandi muscoli scheletrici
- Contrazione dei vasi sanguigni nel resto del corpo
- Incremento del battito cardiaco
- Rilassamento e dilatazione dei bronchi
- Contrazione dello sfintere vescicale e rilassamento nelle pareti della vescica
- Interruzione ed inibizioni delle secrezioni nell'apparato digerente
- Possibile induzione di defecazione involontaria
- Il sistema nervoso simpatico è associato all'attivazione e alla dominanza dell'emisfero destro nel cervello encefalico.

# ATTIVAZIONE DEL PARASIMPATICO

- Contrazione delle pupille
- Contrazione ed incremento delle secrezioni delle ghiandole salivari
- Riduzione nel battito cardiaco
- Stimolazione delle secrezioni all'interno dello stomaco
- Contrazione dei bronchi e stimolazione delle secrezioni all'interno dei polmoni.
- Stimolazione dell'attività del tratto gastrointestinale
- Coinvolgimento nell'eccitamento sessuale
- Il sistema nervoso parasimpatico è associato all'attivazione e alla dominanza dell'emisfero sinistro nel cervello encefalico.

# Equilibrio del sistema Nervoso Autonomo

- Parasimpatico -----> <----- Simpatico
- Parasimpatico -----> **Simpatico**
- **Parasimpatico** <----- Simpatico
- **Parasimpatico** <-----> **Simpatico**
- La Coerenza Fisiologica dei due Sistemi è caratterizzata da Gioia, Felicità, Pace e Rilassamento

# DOMINANZA SIMPATICA

- Modalità innescate da Stress e Pericolo
- Attacco e Fuga:
- Rabbia
- Aggressività o Aggressione
- Stare sulla Difensiva- Evitare il Confronto
- Stili di vita all'Insegna dello Stress----> Troppo Lavoro, Preoccupazione Eccessiva per Cose, Situazioni che non si è in grado di controllare.

# DOMINANZA PARASIMPATICA

- Attivazione Cronica-----> Chiusura, Depressione, Disperazione, Calo delle Funzioni Vitali
- Senso di Smarrimento e Impotenza
- Nello Stress Acuto, quale reazione eccessiva ad un'intensa stimolazione Simpatica, si può avere un Rembound Parasimpatico
- Reazione di » Congelamento», che in casi estremi conduce ad Arresto Cardiaco e Morte
- Si muore di Paura a causa dello Spavento e dello Shock.

# DOMINANZA MISTA- SISTEMA METASTABILE

- La Dominanza Oscilla Rapidamente da un Estremo all'altro: disturbo Bipolare.
- La dominanza Simpatica- Parasimpatica del Sistema Nervoso Autonomo controlla le Modalità Operative dei Tre Cervelli e Influenza le Competenze primarie che Manifestano.

# Cervello Cardiaco- Competenze Primarie

<b>Dominanza Para</b>	<b>Coerenza</b>	<b>Dominanza Simpa</b>
Torpore Emotivo	Pace/Perdono	Rabbia
Perde Speranza	Speranza	Disperazione
Tristezza/dolore	GIOIA	DELIRIO/MANIA
Credulone	Fiducia	Sfiducia
Senso di Solitudine	Senso di Connessione	Circospezione
Freddezza emotiva	Comprensione/ Gratitudine	Sentirsi in Debito/ SENSO di Colpa
Indifferenza/Apatia	Compassione	Desiderio di Vendetta
Distacco Emotivo	Serenità	Gelosia/Invidia Insicurezza Emotiva
Indifferenza	Amore	Odio
Egocentrismo	Generosità	Avidità/Avarizia
Cecità Emotiva	Genuinità Emozionale	Volubilità/ Emozionale Falsità
Mancanza di Scopi	Passioni Sogni/Scopi Valori	Ossessione

# Cervello Enterico- Competenze Primarie

<b>Dominanza Para.</b>	<b>Equilibrio</b>	<b>Dominanza Simpa.</b>
Concupiscenza	Fame/Sazietà	Disgusto
Sedazione/Letargia	Azione-Motivazione-Impulso	Impulsività
Abitudini/ Vizi/Assuefazioni	Forza di Volontà	Compulsione/Impulsi Improvvisi
Paralisi da Paura Arretramento	Coraggio	Paura- attacco Fuga
Letargia Depressione	Rilassamento/Calma	Ansia
Autoconservazione	Benessere	Tendenze Autodistruttive
Imprecazione	Intuito Viscerale	Agitazione

# Cervello Encefalico- Competenze Primarie

<b>Dominanza Para.</b>	<b>Coerenza.</b>	<b>Dominanza Simp</b>
Tempo lineare	Presenza	Tempo Contingente
Dissociazione	Metacoscienza/Metacognizione	Soggettivismo
Realtà Unilaterale	Prospettiva Equilibrata/ Visione Integrata	Realtà Multiple
Circoli Viziosi mentali	Stati Fluidi	Sbalzi mentali/Soggettivi
Pensiero Convergente	Creatività	Pensiero Divergente
Fissazione	Curiosità	Dispersione Mentale
Apprendimento Logico/strutturato	Apprendimento Generativo/Trasformativo	Apprendimento All'Arte di Arrangiarsi/Sopravvivenza



A.M.O.R.

# INTEGRAZIONE dei TRE CERVELLI



ORIENTARE LA MENTE





A.M.O.R.

**Le tre Competenze** che esprimono l'espressione evoluta di ognuno dei tre cervelli integrati tra loro sono:

- **COMPASSIONE**- Cervello del Cuore
- **CORAGGIO**- Cervello della Pancia
- **CREATIVITA'**- Cervello della Testa



- Queste Tre Qualità o Espressioni dei Cervelli, hanno una Natura Integrativa perché al fine di potersi manifestare a livello comportamentale ogni Rete Neurale richiede il coinvolgimento delle altre Due Reti.
- Quando queste tre Competenze sono allineate tra loro, producono una sinergia che possiamo definire **Saggezza Generativa**.

# CERVELLO DEL CUORE E COMPASSIONE



A.M.O.R.

- “Se vuoi che gli altri siano felici, pratica la Compassione. Se vuoi essere felice tu, pratica la Compassione”
- “la **Compassione** è il Fondamento della Morale”.
- L’amore e la Compassione sono necessità, non lussi. Senza di loro l’Umanità non può sopravvivere.



- Il Cuore è molto intelligente e cerca di adempiere alle proprie funzioni principali. Quando portiamo il nostro **Cuore** in uno stato di elevata coerenza, la nostra Essenza emerge e si esprime secondo un modo di essere, la cui qualità fondamento è la Compassione.
- La **Compassione** non ha che fare con il benessere centrato sulla persona, essa esprime **l'Essenza** in relazione con le altre Essenze delle persone, degli animali, delle piante, dei sassi.



A.M.O.R.

La Compassione inizia con l'Amore e poi continua con Atti di Gentilezza. Questo coinvolge l'agire e coinvolge il Cervello della Pancia, le cui funzioni principali riguardano l'Identità di Base e la Motivazione.

**La vera Compassione implica un'Intenzione, cerca di aiutare l'altro o alleviandone la sofferenza o contribuendo al suo benessere.**



A.M.O.R.

- Ci vuole il Cervello della Pancia per far scattare la **Motivazione** che conduce al compimento di atti di gentilezza tesi ad esprimere al mondo esterno il valore interiore che il cuore attribuisce all'Amore, alla Premura e al Senso di Connessione.  
La vera Compassione conduce ad Atti e Azioni Compassionevoli.



- La **Compassione** quale alta espressione del Cervello del Cuore incarna la Coscienza di Connessione, essa esprime Coerenza, è il proprio Sé che si esprime.
- A livello Neurofisiologico, praticare la Compassione crea Nuovi Schemi e Connessioni Neuronalì soprattutto a livello del Lobo Frontale.



A.M.O.R.

- L'agire Compassionevole non connette solo agli altri, ma anche a se stessi. Ci connettono a un Sé più autentico, generativo, che è più profondo dell'io in cui si identifica la personalità del proprio Ego.
- Il Sé autentico, Riconosce, Esperisce e Agisce in base alla Coscienza di Connessione.



A.M.O.R.

- Quando ci Giudichiamo, ci Condanniamo, ci Critichiamo negativamente sulla base della percezione di fallimenti o Errori passati, creiamo forme croniche di Insicurezza, Ansia, senso di Colpa Inettitudine, Pessimismo Estremo.
- Se Non Proviamo Compassione per noi stessi, diventa difficile se non impossibile Perdonarci.



A.M.O.R.

- Senza Compassione per Noi Stessi diventiamo i primi Accusatori. Il Nostro dialogo interno critico ci Condiziona e ci fa sentire Timorosi e Limitati nell'agire, per Paura di Commettere un Altro Errore.
- Coltivando la Compassione per Noi stessi impariamo ad Apprezzarci nei Nostri Sforzi, Impegno, a Comprendere ciò che ci Condiziona, a Incoraggiarci ed a Imparare da ogni situazione, Continuiamo ad agire sulla base di nuove informazioni di cui diveniamo consapevoli.

# IL CERVELLO ENTERICO E IL CORAGGIO



- La vita si contrae e si espande in proporzione al Coraggio.
- Il Coraggio esprime l'Intenzione di uno scopo formulato come Azione locale e non Locale nelle sue conseguenze.
- Il Coraggio senza sperimentare la paura non è coraggio ma incoscienza.



- Nel Coraggio c'è l'Integrazione dell'aspetto emotivo qualitativo del Cuore, e l'Espressione fisica del Cervello Viscerale.
- Nel Coraggio il Cuore è l'Imperatore e la Pancia il Generale. L'Intelligenza Viscerale le cui Funzioni sono Movimento e Autoconservazione dell'Identità di Base, reagisce ai Segnali che vengono dal Cuore e agisce in base ai valori in gioco piuttosto che soccombere alla paura.



- Il Cervello della Testa Può Accelerare od Ostacolare la manifestazione dell'azione con coraggio.
- Il Cervello della Testa prende positivamente il sopravvento per Ricordarci l'importanza dell'agire, le Motivazioni che ci spingono ad agire, La consapevolezza delle Nostre Risorse Interiori attraverso il giusto confronto con situazioni di Coraggio in azione già esperite.



- Quando il Cervello ostacola l'espressione del Coraggio con pensieri auto svalutativi, di rinuncia, il cuore vien "Scoraggiato", e toglie energia al Cervello Enterico per intraprendere l'azione coraggiosa.
- Il Coraggio integrato è espressione del lavoro comune delle Reti Neurali che giocano nella Manifestazione del Sé Generativo con coerenza.



A.M.O.R.

- Un Coraggio Integrato è la Presenza di un Cuore Compassionevole e di una Testa Creativa, che si esprime con un'azione che non cerca solo di Compensare le Reazioni originate dalla paura.
- Il Coraggio Integrato ha a che fare con il Cervello Enterico che guarda in profondità e lascia andare Schemi Egoici Condizionati e Reattivi da generazioni che si oppongono ad un vivere rinnovato.



A.M.O.R.

- Senza Coraggio non agiamo, siamo immobilizzati dalla paura e dall'apatia. Il Coraggio è il Motore che Accende la Volontà di Agire., senza Coraggio il cambiamento dello Status Quo sarebbe impossibile o casuale.

# Il Cervello della Testa e la Creatività



A.M.O.R.

- Il Cervello della Testa Crea, Immagina Cose nuove, Inventa e Sviluppa Nuove Idee, Nuove Conoscenza e Nuovi modi di capire le cose.
- L'Essere Umano è Intrinsecamente Creativo.
- In essenza La Creatività non ha solo a che fare con l'intuito, la fantasia, l'essere artistici o innovativi. Ha a che fare con **il MODO IN CUI CREIAMO ED ESPERIAMO IL NOSTRO MONDO E NOI STESSI.**



A.M.O.R.

- Quello che gli Esseri Umani Creano per loro stessi o insieme attraverso le loro esperienze **E' una Scelta.**
- Il Significato che attribuiamo alle situazioni, agli eventi, agli altri **CREA** L'Esperienza che ne facciamo, insieme alle Azioni e Reazioni Conseguenti.



A.M.O.R.

- La Creatività comporta l'Essere Coscienti di come Si Sceglie di Interpretare e dare Significato a quello che Accade nel Vivere come Espressione di chi si è Realmente come Esseri Umani.
- La Creatività ha a che fare con l'Intenzione e La Motivazione.
- Quali Pensieri esprimere, quale Interpretazione dare agli eventi, che tipo di Esperienza fare e come viverla.



- **L'Insoddisfazione, la Mancanza che possiamo Sentire non deriva da ciò che ci accade, ma dal Modo in cui Creiamo il Significato e Interpretiamo l'esperienza stessa.**
- **L'Interpretazione** degli eventi è Sempre una Propria Scelta, e il **Modo di interpretarli** crea l'esperienza che ne facciamo e l'Immagine di noi stessi in relazione all'esperienza.



A.M.O.R.

- Ogni **Interpretazione** crea un'esperienza diversa e crea altresì un IO Diverso. C'è **Correlazione** tra **Significato** che diamo e **Identificazione** che rivestiamo nell'esperienza.



- Se non si diventa consapevoli di questo abbiamo molte Identificazioni inconsce che modellano la Percezione di chi Crediamo di Essere, senza averne alcuna Coscienza.



A.M.O.R.

- IL Pensiero ha Una Forza Creativa: esso crea la propria **esperienza e l'identità** che si riveste in quell'esperienza.
- **Uno Stesso** è la Fonte Iniziale dei Propri Pensieri: Vengono Creati come Naturale Conseguenza ed espressione dell'Identità Psico- Percettivo-Emotiva di quel preciso momento.



- La Mente di uno stesso attraverso il Cervello fa quei Pensieri. Trattenerne i Pensieri, dargli Credibilità ci fa Diventare Vibratoriamente come il contenuto di quei pensieri.
- 
- Osservando la Qualità dei pensieri, ed Imparando a lasciarli andare, diventiamo Coscienti che **POSSIAMO SCEGLIERE I PENSIERI SUI QUALI CONCENTRARCI**. Siamo Coscienti che Abbiamo sempre Una Scelta.



- Il Pensiero non è Una Freccia, ma ha Un Movimento Circolare, cioè **ritornano** alla fonte che li ha emessi, attraverso un Feedback di cui siamo poco coscienti.
- Esempio un Pensiero di Svalutazione che emettiamo riguardo noi stessi, ci ritorna come stato fisico di stanchezza, di tristezza, etc, come un **loop** che si autoalimenta.. Questo perché c'è una simultaneità interdipendente tra i tre cervelli e le loro risposte.



A.M.O.R.

- Noi possiamo **Scegliere** i nostri pensieri, il nostro sentire, in modo da non compromettere le nostre risorse di energia, ma al contrario elevare il nostro modo di essere in relazione a qualsiasi situazione.
- Le Persone hanno un Concetto Stereotipato della Creatività. Viene collegata agli Artisti, ai Musicisti, ai Registi, Ballerini, Coreografi, Attori Imprenditori ed altre professioni simili. L'Attività creativa a disegnare, suonare, scolpire, dipingere, etc



A.M.O.R.

- La Creatività è la **Qualità della Coscienza** in base alla quale si realizza il Proprio Vivere.
- E' la **Nostra Scelta di realizzare un'Identità Autentica di Noi stessi** ed Esperirne di Conseguenza la Vita.
- La Creatività necessita **dell'Intelligenza del Cuore per poter apprezzare e valorizzare se stessi** quale esseri creativi.



A.M.O.R.

- Quando i Tre Cervelli, le Tre “Anime” o Intelligenze, non sono allineati o sono in lotta fra di loro, essi causano problemi psicologici o emotivi.  
L’Incongruenza dei Tre Cervelli Mina la Possibilità di successo e genera comportamenti e risultati devianti.
- **Allineando i tre Cervelli tramite Compassione Creatività e Coraggio, si crea una Potente Sinergia che lavora in direzione di un Cambiamento Trasformativo ed Evoluzione Personale.**



- La **Mente Inconscia** costituita dalla totalità delle Tre Intelligenze disseminate nella Mente e nel Corpo, risponde meglio e più facilmente all'Amore e alla Compassione.
- Non si può Costringere la Mente Inconscia a produrre cambiamenti sostenibili e a lungo termine: è un passo che invariabilmente si rivolta contro.



A.M.O.R.

- E' solo tramite un rapporto di **Amore, Fiducia e Rispetto** che la mente Conscia può operare con gli aspetti Inconsci dei tre Cervelli Multipli e Influenzarli.
- Questo Risponde al perché la Sequenza Fondamentale inizia con il Cervello del Cuore tramite l'Amore e la Compassione.
- Gli altri Cervelli cedono solo all'Amore, Affetto, Premura e Fiducia.



A.M.O.R.

- Il Coraggio, la Compassione e la Creatività sono Interdipendenti e Si Integrano nell'Operare come Espressioni del Sé.
- Lavorare solo su una di esse nega loro la capacità di servire come espressioni di un Sé Integrato e Autentico.



- Il **Coraggio senza Compassione** può trasformarsi in Crudeltà, Dominio, Belligeranza.
- La **Compassione senza Creatività** genera la Compassione Stupida, che può portare a uno stato di Infelicità Condivisa.
- La **Creatività non Connessa ad un agire Coraggioso**, può diventare pura Masturbazione Mentale.



- Il **Coraggio senza Creatività** può diventare Ostinazione e Inflexibilità.
- La **Compassione non Canalizzata tramite una Determinazione ad Agire ispirata dal Coraggio** Viscerale non aiuta nessuno in Maniera Tangibile.
- Solo **Abbinando** fra loro queste Qualità hanno la possibilità di produrre un movimento saggio e trasformativo.



A.M.O.R.

Attivare la Sequenza Fondamentale attraverso la **Compassione** che ci mette in uno stato di Amorevole Gentilezza che porta il Cervello della Testa a Produrre **Creatività Generativa** ed Ecologica per tutti quelli che sono coinvolti.

Trovata la Soluzione Creativa Bilanciata e Compassionevole, il Cervello della Pancia fornisce la **Motivazione Ispirata dal Coraggio Viscerale** e la **Volontà di agire**.



A.M.O.R.

- Lo Stato di **Saggezza** comporta la Fusione di Creatività, Compassione, Coraggio.
- Quando la **Saggezza Creativa** è messa in atto tramite il Coraggio, allineati con una Profonda Compassione per fare in modo che ogni Azione sia mirata al proprio Bene che al Bene di tutti gli Esseri viene Sviluppata Energia e Potere



A.M.O.R.

- La **Saggezza Creativa** nella sua Essenza è rivolta all'agire giusto, al momento giusto con l'Intento di Risuonare il Bene Collettivo.
- La **Saggezza richiede** Prospettive Multiple. Non può esserci Saggezza nel Mantenere un unico Punto di Riferimento.
- La **Saggezza** richiede la Capacità di Vedere il Quadro più Ampio di qualsiasi situazione o problema, il numero minimo di riferimento per una Prospettiva più Saggia è **TRE**.



A.M.O.R.

- E' solo Tramite **Prospettive Multiple e Multiple Caratteristiche Distintive** che siamo in grado di Generare una Possibilità di Scelta e possiamo poi esaminare quale di queste scelte sia Ecologica, Saggia ed Efficace.
- Usando le Tre Intelligenze dei Nostri cervelli Multipli garantiamo un minimo di Tre Prospettive a supporto del Processo Decisionale.



A.M.O.R.

- La **Saggezza** non dipende tanto dalla Quantità di Esperienze (sebbene aiutino), ma soprattutto dalla loro **Qualità, dal Modo** in cui esperiamo ciò che la vita ci Offre.
- Come Viviamo gli Eventi? Sono qualcosa che ci Accade e ci Limitiamo a Ricevere la Situazione, cercando di andare avanti, o viviamo la Vita come un Processo Continuo di Crescita, Apprendimento ed Espressione di noi Stessi in Evoluzione?



A.M.O.R.

- La **Saggezza Generativa** è una pratica trasformativa sul piano Comportamentale, sul Modo in cui Viviamo la Vita.
- La **Saggezza non è generativa se non è Creativa, Compassionevole e Coraggiosa.**
- La Prospettiva di un **Cuore Compassionevole** fornisce il Carburante Emotivo e il Desiderio di Rendere le Cose Migliori per gli Altri, per Sé Stessi e per il Mondo.



- La Compassione del Cuore, **Orienta** il Cervello della Testa a operare una Sintesi delle Informazioni disponibili in un Quadro più ampio, che consente di Vedere e Comprendere la situazione o problematica.
- Queste Nuove Intuizioni e Conoscenze ricevono Valore e Significatività dalla Prospettiva del cuore che informa il Cervello della Pancia su come agire nel Mondo Reale con Saggezza. In questo modo la Prospettiva del Cervello della Pancia che riguarda l'Identità e l'Agire, si Amplia ed Evolve.



A.M.O.R.

- La Saggezza generativa è Trasformatzionale, perché trasforma la Nostra Identità, la Percezione e il Modo di Relazionarsi con l'Altro, l'Ambito.
- E' l'Emergere in Processo della nostra Autenticità tramite l'esperienza pragmatica del vivere quotidiano.



A.M.O.R.

# COME ALLINEARE LA SAGGEZZA

1. Coinvolgere le Reti Neurali e Comunicare con Esse tramite il Controllo Cosciente delle Vie di Passaggio a Duplice Innervazione del Sistema nervoso.
2. Allineare le Reti Neurali per Agire in Modo Congruente.
3. Perseguire l'Evoluzione Personale e quella delle Reti Neurali operando al Livello più Elevato di Coscienza.
4. Applicare questo nella Vita Pratica ottenendo maggiore Saggezza nelle Decisioni e nelle Azioni Conseguenti



A.M.O.R.

- Un'Idea saggia è tale perché si è incarnata in un'azione pragmatica. Una fantasia puerile è un'Idea, un'Opinione che non Guida o genera cambiamenti nel Mondo.
- Perché la **Saggezza diventi reale** è solo quando è applicata in modo pragmatico alle situazioni di vita.