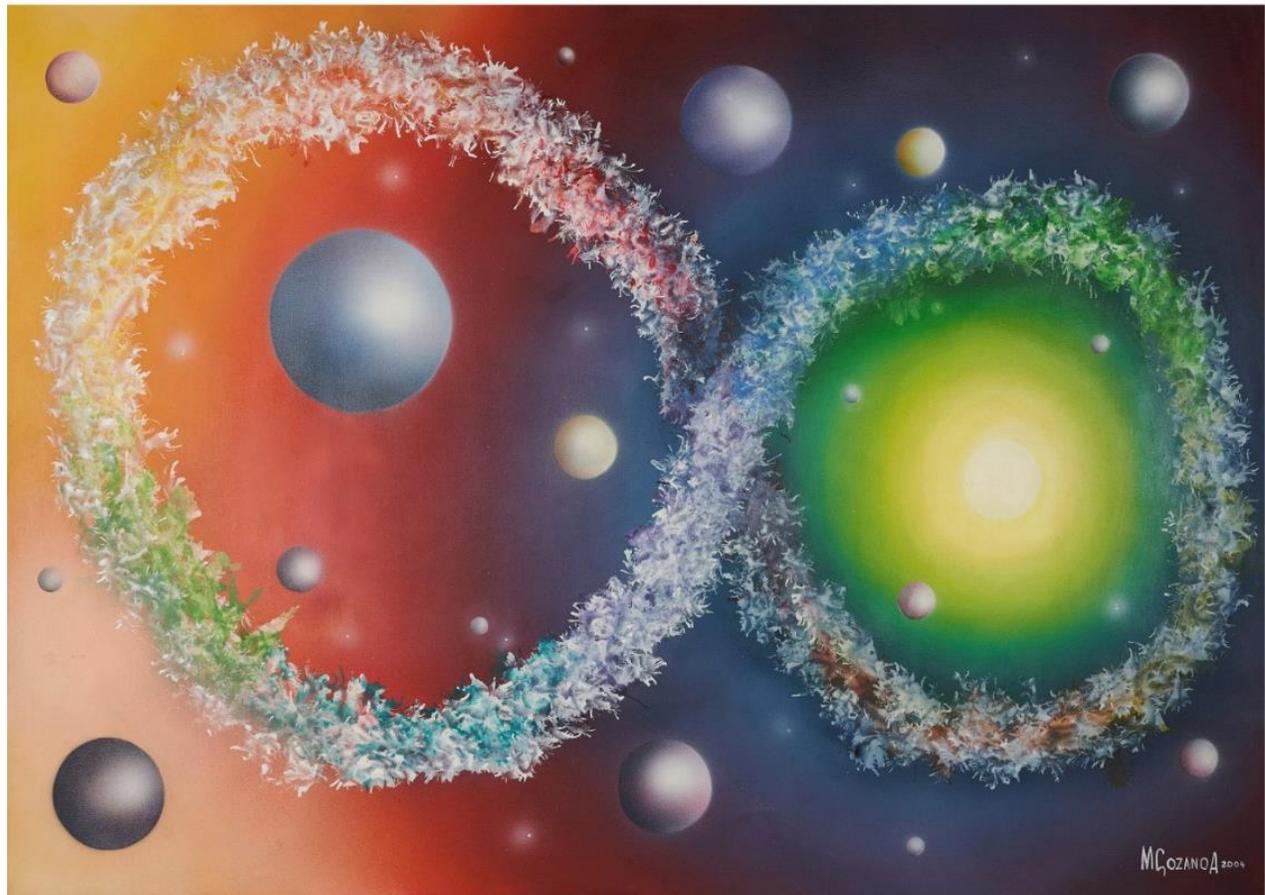




CURSO VIRTUAL INTELIGENCIA EXISTENCIAL



Presentación del seminario Inteligencia existencial



TÚ Y YO ... SOMOS UNO
Acrílico sobre lienzo

[Mario Lozano – Salón de Arte \(mlozanoa.com\)](http://mlozanoa.com)



CURSO VIRTUAL INTELIGENCIA EXISTENCIAL



INTRODUCCIÓN

Afectuoso saludo.

Con inmensa gratitud les ofrezco el curso virtual **INTELIGENCIA EXISTENCIAL**, el cual hace parte de las actividades de promoción de la salud lideradas por la organización **Asesorías en Salud**, cuyo propósito es apoyar las iniciativas individuales y grupales orientadas al bienestar integral del Ser Humano.

El **Proyecto DELPHI** es nuestro aporte a la red colaborativa global por la ciudadanía planetaria, con el objetivo de generar un entorno virtual de aprendizaje a través de cursos, encuentros virtuales, episodios de podcast y tutorías individuales, orientados a la adquisición y mantenimiento de estilos de vida saludable, los cuales están centrados en la reflexión sobre nuestro rol co-creador, al asumirnos en contacto con el todo (la sociedad, la especie, el planeta, el cosmos), comprendiendo nuestra ubicación en ese todo.

Este curso complementa la exploración realizada en el curso virtual INTELIGENCIA EMOCIONAL APLICADA y potencia la capacidad de introspección que inspira el nombre del Proyecto DELPHI, pues nos recuerda otra de las inscripciones ubicadas en el templo de Apolo en Delphos, Grecia:

-Apolo: ΓΝΩΘΙ ΣΕΑΥΤΟΝ- "Conócete a ti mismo"

-El visitante: "¿Quién o qué soy yo mismo?"

Apolo: ΗΕΛΙΟΣ ΕΙ- «el Sol [que Yo soy] eres tú»

Estudios de neurociencia muestran que cuando las personas desarrollan este proceso reflexivo de autoconocimiento para asumirse en contacto con el todo (la sociedad, la especie, el planeta, el cosmos), comprendiendo su ubicación y papel en ese todo, adquieren y mantienen hábitos saludables basados en el conocimiento de su estado natural de salud, y no en el temor a la enfermedad.

Por otro lado, las prácticas de Mindsight nos ayudan a abordar las limitaciones de la percepción humana y a la vez, al desarrollo de conductas proactivas en la relación con nosotros mismos, con los demás y con el contexto.

Como facilitadora del ambiente virtual de aprendizaje colaborativo en Estilos de Vida Saludable, reconozco que lo expresado en cada módulo digital y en cada podcast, hace parte de mi camino en la autoconstrucción de la consciencia, por lo tanto, expreso de antemano la inmensa gratitud por la exploración de estos materiales, pidiéndoles paciencia ante la subjetividad en ellos presente, e invitándoles a usar la libertad de disentir, gran derecho humano que nos une.

Estos espacios educativos hacen parte del componente educativo de la Atención Primaria en Salud (APS), por lo tanto, en ningún momento se pretende emitir diagnósticos o prescribir tratamientos médicos. Para el diagnóstico y tratamiento de las situaciones de enfermedad se recomienda a los lectores y oyentes acudir a los profesionales de la salud respectivos.



CURSO VIRTUAL INTELIGENCIA EXISTENCIAL



PRESENTACIÓN DEL CURSO

Si asumimos que la salud es un bienestar físico, mental y social (OMS) y que el Ser Humano es por naturaleza saludable, entonces, ¿por qué sufre?, ¿por qué perdió el bienestar?

Estas circunstancias pueden ser diferentes aspectos de una percepción "exclusivamente tridimensional" del tiempo, las formas, los acontecimientos y las relaciones humanas, la cual ha influido profundamente en la ciencia, en el arte y en general en todos los aspectos de la sociedad en los últimos siglos, y, a nivel de la medicina ha llevado al olvido de la condición multidimensional del Ser Humano, considerándolo solo como una "máquina" compuesta de huesos, vísceras, sangre, calcio, hierro, etc., ubicada dentro del espacio y del tiempo, sin relación con los ciclos del universo.

Los avances en la física traen radicales cambios en los conceptos de materia, forma, partes, espacio, causa, efecto, tiempo, llevando a una percepción "cuántica", "relativista" o "multidimensional" del mundo, ampliando la visión mecanicista del universo con sus leyes absolutas, revaluando el concepto del tiempo lineal, la separación entre el individuo y el mundo; incluso han demostrado que el propio experimentador influye en los resultados de sus experiencias y que todo el cosmos está interconectado en un gran campo unificado.

La medicina según la física moderna considera al cuerpo humano como un conjunto de sistemas celulares auto ordenados, en constante recambio e interacción dinámica con el universo, ubicado en varias dimensiones según la frecuencia de vibración de sus unidades subatómicas y en el cual actúan los principios de autoorganización que explican cómo surge el orden del caos.

Dentro de los principios de autoorganización se encuentra la homeostasia o "Fuerza Curativa Interior", descrita como un conjunto de procesos que se activan ante los constantes estímulos que alteran el ambiente genético celular, y su objetivo es recuperar el equilibrio y mantener el ESTADO NATURAL DE SALUD.

Recientes investigaciones en neurociencia mencionan que:

1. Cada célula que coexiste en el cuerpo humano contribuye a la homeostasia y se beneficia de ella, si se le propicia un ambiente interno saludable, con una concentración adecuada de nutrientes y con una óptima reacción ante los constantes estímulos sensoriales o "agentes estresores".
2. La reacción de estrés o de lucha-huida es una red de procesos biológicos que se activan con el objetivo de favorecer la vida.
3. Aunque nuestra vida moderna no presenta muchas situaciones que requieran de la reacción lucha-huida, el cuerpo sigue respondiendo ante los "agentes estresores", ya sean estos percibidos, imaginados o recordados, con una secuencia de reacciones de alarma y resistencia como si estuviera ante la presencia de un depredador, generando con frecuencia una inadecuada reacción de estrés, la cual está íntimamente relacionada con los procesos patológicos de los sistemas celulares.
4. La inadecuada reacción de estrés también disminuye la memoria operativa, la cual está relacionada con la capacidad para prestar atención y recordar la información sobresaliente, instancia esencial para la comprensión, el entendimiento, la planificación, la toma de decisiones, el razonamiento, y el aprendizaje.



CURSO VIRTUAL INTELIGENCIA EXISTENCIAL



5. La reacción óptima de estrés o "eustrés" está relacionada con la salud y con el rendimiento de la memoria operativa, y no depende de los "agentes estresores", (por ejemplo, los acontecimientos o las relaciones interpersonales), **sino de la interpretación o significación personal que se les dé.**
6. Las habilidades de interpretación de los "agentes estresores" o solución cognitiva de problemas contribuyen al bienestar físico, mental y social, al rendimiento de la memoria operativa y por ende a la potenciación de las funciones cognitivas.

Asumiendo lo anterior, en el **curso INTELIGENCIA EXISTENCIAL**, reunimos una serie de textos de diferentes autores, y planteamos preguntas que cuestionan los sistemas de creencias asociados a la percepción "exclusivamente tridimensional" de la realidad, generando nuevas reflexiones que pueden facilitar la percepción "multidimensional" del tiempo, las formas, los acontecimientos y las relaciones humanas, propiciando el desarrollo de las habilidades de re interpretación de los "agentes estresores". Estas habilidades están relacionadas con la reacción óptima de estrés, o "eustrés" y, por ende, con el bienestar físico, mental y social.

A lo largo de la historia de la humanidad se pueden encontrar múltiples aportes a la percepción "multidimensional" de la realidad, incluidos en la denominada vía intuitiva de la inteligencia existencial. Por otro lado, la afluencia de conocimientos a finales del siglo XX e inicios del siglo XXI proporcionados por los avances en la ciencia, nos facilitan interrogar nuestra condición humana y nuestra situación en el universo de un modo completamente nuevo. Este proceso reflexivo basado en los avances de la ciencia ha sido denominado vía lógica de la inteligencia existencial.

Nos proponemos como objetivo general: "examinar y correlacionar la vía lógica y la vía intuitiva de la inteligencia existencial, con el propósito de fortalecer el proceso de autoconstrucción de la consciencia, que favorece la calidad de vida y el bienestar integral".

En este seminario hacemos una contextualización de avances de la física con las innovadoras enseñanzas entregadas a la humanidad por el **VM KELIUM ZEUS** y el **VM SAMAEL JOAB VATHOR WEHOR**. En ellas nos presentan el sendero hacia la percepción multidimensional de la realidad como un paradigma liberador que trasciende la ilusión de la percepción "exclusivamente tridimensional" de la realidad.

"Ese presente no es el presente tridimensional; sólo lo puede vivir la consciencia viviendo ese presente que rompe la tridimensional y horada la cuarta dimensión en adelante. Ese presente se llama Consciencia, porque ésta sí es constante. Vivir consciente despidiendo el pasado y recibiendo el futuro". KELIUM ZEUS, Serie Tao Te Ching

"Todo está conectado, vivo: desde una hoja, piedra, todo elaborado en forma científica en la consciencia cósmica universal". SAMAEL JOAB VATHOR WEHOR



CURSO VIRTUAL INTELIGENCIA EXISTENCIAL



METODOLOGÍA

Para adaptarnos a los intereses y expectativas de las personas que desean realizar el curso, hemos establecido varias opciones metodológicas:

1. GUÍAS DE AUTOESTUDIO DE CADA MÓDULO

Hemos reunido la exploración formativa en 3 **guías de autoestudio** clasificadas en tres módulos:

Módulo 1: ¿OBJETIVIDAD O INTERSUBJETIVIDAD? ¿VEMOS CON LOS OJOS O A TRAVÉS DE ELLOS?

Módulo 2: LA NATURALEZA MULTIDIMENSIONAL DEL SER HUMANO - APORTES DESDE LA VÍA LÓGICA Y LA VÍA INTUITIVA (RELACIONADOS CON LA PERCEPCIÓN DEL TIEMPO, DE LA FORMA, DE LOS ACONTECERES)

Módulo 3: LA PERCEPCIÓN "EXCLUSIVAMENTE TRIDIMENSIONAL" Y EL "YO"

2. ENCUENTROS GRUPALES VIRTUALES

Consisten en actividades de profundización, gratuitas, dirigidas a las personas que están realizando o ya realizaron el curso Inteligencia Existencial, con el ánimo de generar una red de apoyo para la adquisición y el mantenimiento de los estilos de vida saludable, incluyendo guías para la práctica de ejercicios físicos orientados a la armonización Cuerpo-Mente-Consciencia.

Metodología para los encuentros grupales

- Los horarios para los encuentros grupales los acordamos según la disponibilidad de los interesados.
- Manejamos este espacio como un lugar completamente seguro, es decir, que podemos expresar nuestras opiniones incluso si son divergentes, entendiendo la diversidad de la percepción humana.
- Tenemos presente que no se pide hablar de las experiencias personales, dado que vamos a analizar el comportamiento del ser humano en general. Si en algún momento, alguien desea hablar sobre sus experiencias personales, puede hacerlo sólo en las tutorías individuales, sabiendo que nos comprometemos a mantener la absoluta confidencialidad de ellas.

Inscripciones en el correo: asesoriasensaludms@gmail.com

Datos adicionales de la facilitadora

Sokrateus Maria Stella López Rendón, M.D., Fundadora de la organización Asesorías ENSALUD, médica egresada de la Universidad de Caldas, Manizales, Colombia, certificada en Coaching de Conciencia Plena para la Felicidad Organizacional, con diplomados en docencia universitaria y en docencia virtual.

Mis actividades de investigación y desarrollo en el campo de las ciencias sociales y humanas están orientadas a la educación en los determinantes de la salud, con el propósito de "*generar en las comunidades, familias o individuos, las oportunidades para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma*", según lo planteado por la Carta de Ottawa de la Organización Mundial de la Salud (OMS).



CURSO VIRTUAL INTELIGENCIA EXISTENCIAL



Lidero las acciones de responsabilidad social planteadas en el Proyecto DELPHI.

Queridos lectores y oyentes: les reitero mi amplia disposición para integrarnos en las actividades propuestas e ir adaptándome a las oportunidades de mejora que vayan presentándose.

MUCHAS GRACIAS

Contacto

Correo: asesoriasensaludms@gmail.com

Teléfono-WhatsApp +57 3004054707

Medellín, Antioquia, Colombia