

2019

VIVIANE
FARIA
LOPES

ISRAEL
MATOS
BATISTA



INTELIGÊNCIA FUNCIONAL

A PROGRAMAÇÃO MENTAL
PARA O **SUCESSO**

EDITORA
FOCO

Você está recebendo, **GRATUITAMENTE**, um fragmento da obra da **Editora Foco**, para dar início aos seus estudos.

Este conteúdo não deve ser divulgado, pois tem direitos reservados à editora, constituindo-se uma cortesia a título de motivação aos seus estudos.

Faz-se necessário evidenciar que tal fragmento não representa a totalidade de uma obra ou disciplina.

A obra, na sua totalidade, poderá ser adquirida no site da **Editora Foco**:

www.editorafoco.com.br

Bons estudos!

Editora Foco

2019 © Editora Foco
Autores: Viviane Faria Lopes e Israel Matos Batista
Diretor Acadêmico: Leonardo Pereira
Editor: Roberta Densa
Assistente Editorial: Paula Morishita
Revisora Sênior: Georgia Renata Dias
Capa Criação: Leonardo Hermano
Diagramação: Ladislau Lima
Impressão miolo e capa: VIENA GRÁFICA E EDITORA LTDA

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com ISBD

L864i

Lopes, Viviane Faria / Batista, Israel Matos

Inteligência Funcional: a programação mental para o sucesso / Viviane Faria Lopes, Israel Matos Batista. - Indaiatuba, SP : Editora Foco, 2019.

272 p. ; 17cm x 24cm.

Inclui bibliografia.

ISBN: 978-85-8242-329-5

1. Metodologia de estudo. 2. Inteligência Funcional. 3. Coaching. 4. Memorização. 5. Organização de estudos. 6. Plasticidade cerebral. 7. Mentalização. 8. Recriação de memórias. 9. Inteligência emocional. I. Batista, Israel Matos. III. Título.

2019-243

CDD 001.4 CDU 001.8

Elaborado por Vagner Rodolfo da Silva – CRB-8/9410

Índices para Catálogo Sistemático:

1. Metodologia de estudo 001.4
2. Metodologia de estudo 001.8

DIREITOS AUTORAIS: É proibida a reprodução parcial ou total desta publicação, por qualquer forma ou meio, sem a prévia autorização da Editora FOCCO, com exceção do teor das questões de concursos públicos que, por serem atos oficiais, não são protegidas como Direitos Autorais, na forma do Artigo 8º, IV, da Lei 9.610/1998. Referida vedação se estende às características gráficas da obra e sua editoração. A punição para a violação dos Direitos Autorais é crime previsto no Artigo 184 do Código Penal e as sanções civis às violações dos Direitos Autorais estão previstas nos Artigos 101 a 110 da Lei 9.610/1998. Os comentários das questões são de responsabilidade dos autores.

NOTAS DA EDITORA:

Atualizações e erratas: A presente obra é vendida como está, atualizada até a data do seu fechamento, informação que consta na página II do livro. Havendo a publicação de legislação de suma relevância, a editora, de forma discricionária, se empenhará em disponibilizar atualização futura.

Bônus ou Capítulo On-line: Excepcionalmente, algumas obras da editora trazem conteúdo no *on-line*, que é parte integrante do livro, cujo acesso será disponibilizado durante a vigência da edição da obra.

Erratas: A Editora se compromete a disponibilizar no site www.editorafoco.com.br, na seção Atualizações, eventuais erratas por razões de erros técnicos ou de conteúdo. Solicitamos, outrossim, que o leitor faça a gentileza de colaborar com a perfeição da obra, comunicando eventual erro encontrado por meio de mensagem para contato@editorafoco.com.br. O acesso será disponibilizado durante a vigência da edição da obra.

Impresso no Brasil (03.2019) – Data de Fechamento (03.2019)



2019

Todos os direitos reservados à
Editora Foco Jurídico Ltda.
Al. Júpiter 542 – American Park Distrito Industrial
CEP 13347-653 – Indaiatuba – SP
E-mail: contato@editorafoco.com.br
www.editorafoco.com.br

DEDICATÓRIA

Somos estudantes desde que fomos inseridos, por nossos pais, no ambiente escolar. A partir dessa época, nunca mais paramos de querer aprender, de um modo insaciável, de uma forma que nos completasse e motivasse. Mas, também, somos educadores, e nossa vivência em sala de aula, unida à paixão pelo conhecimento, levou-nos constantemente a buscar formas diversificadas de ensinar e de promover o conhecimento em nossos educandos.

Sendo assim, é a você, nosso aluno, – presencial ou virtual – que dedicamos esta obra. Cada linha, cada exemplo, cada imagem, cada técnica foi aqui colocada pensando em você. Nosso profundo e genuíno desejo é que o conhecimento exposto neste livro promova melhorias em sua vida, tornando-o alguém com maior capacidade de conquistar os próprios sonhos, de alcançar todas as metas estabelecidas e todas as vontades criadas.

Agradecemos por todo carinho recebido há tantos anos, pela confiança em nossas palavras, pela aprovação de nossas didáticas – às vezes tão incomuns... –, pelas amizades firmadas, pela fé em nossos propósitos. Nessa estrada da educação, tivemos estudantes que se tornaram amigos, outros também colegas, e tantos, incontáveis mesmo, que se projetaram pelo mundo como grandes e importantes profissionais. E nessa fé, exatamente nessa confiança inabalável, seguimos acreditando que nosso aluno é a nossa realização profissional e, ainda, humana. Por isso, dizemos que você, nosso estimado aluno, é a concretização de nossos sonhos colocados em prática; que você, estudante dedicado e ser humano em busca de plenitude de vida, é o agente transformador de si e do mundo.

Acreditamos em você, queremos que seus objetivos sejam alcançados e, para tanto, trabalhos para o nascimento desta obra. Então, use-a! Aplique as técnicas aqui ensinadas, assista aos vídeos, aprofunde-se nos assuntos que mais o interessarem, releia o que lhe for de maior apreço e, enfim, seja! Seja você, em sua melhor versão, em suas conquistas de vida, em suas realizações concretizadas. Seja tudo o que desejou que seria, com ações e emoções inteligentes e funcionais.

Com todo o amor que um cérebro pode abarcar,

ISRAEL E VIVIANE

AGRADECIMENTOS

Esta obra é resultado de profusas pesquisas, de leituras incontáveis e de uma dedicação científica responsável e diligente. Todavia, ela não é fruto unicamente de nossos esforços, enquanto pesquisadores e autores, e, por isso temos tantos a direcionar nosso agradecimento profundo, sincero e tão necessário, diante das mais diversas contribuições que recebemos:

a nossos pais e filha (no caso da Viviane), pelo apoio incondicional e pela fé inabalável em nosso trabalho, dando-nos o alicerce necessário para continuarmos e o amor imprescindível para embasarmos nosso encargo educacional;

a nossos familiares e parentes, que tanto desejaram este material, justamente por acreditarem na seriedade que nele está incutida;

aos parceiros e colaboradores Carlos Machado, Ludi Simões e Gisele Garcia, pelo olhar revisor e pelas tantas sugestões de tão preciosa importância;

ao querido jornalista e artista Thiago de Paula, por seus desenhos que tanto contribuíram para a compreensão imagética desta obra e o entendimento do conteúdo que nela colocamos;

a nossos amigos, que são tantos e tão especiais, por buscarem sempre um modo de contribuir com a alegria em nossas vidas, proporcionando-nos momentos de descontração e, ainda, oportunidades de reflexão e aprendizado;

a nossos colegas de profissão, professores como nós, que coabitam de nosso anseio em promover a educação e todos os benefícios que ela acarreta, e que, também, são profissionais sonhadores e ativos, incansáveis mesmo;

a nossos professores – aos que já estiveram conosco e aos que ainda estão –, sempre tão competentes e atenciosos, conduzindo-nos ao conhecimento mais elevado e à formação adequada, desejosos de nos verem acadêmicos bem formados e estudantes constantes;

aos autores que citamos, por sua dedicação em pesquisar assuntos tão importantes, de um modo sério e comprovadamente científico;

aos grandes pensadores citados, que nos inspiraram e animaram com suas palavras reflexivas e seus exemplos culturalmente firmados e historicamente marcantes;

ao Divino, ao Supremo, ao superior Amor e Conhecimento, que está em toda parte, que nos forma e nos transforma, dando-nos a inquietude na busca por um mundo melhor e por uma consciência embasada na saúde e na comunhão humana.

APRESENTAÇÃO

Esta obra é o resultado de uma grande aflição... Sim, isso mesmo: uma enorme aflição! Após tantos anos em sala de aula, levando conhecimento a pessoas com distintas idades, condições socioeconômicas e situações acadêmicas, verificamos que, apesar de tudo o que ensinássemos, do tamanho de nossa vontade ou das estratégias pedagógicas que usássemos, uma coisa não podíamos fazer: estudar por nosso querido aluno.

Foi, então, que decidimos nos especializar em estratégias diversas de conhecimento cerebral, tais como: *coaching*, memorização, organização de estudos, plasticidade cerebral, mentalização, recriação de memórias, inteligência emocional, entre outras, para, assim, trazer a você um direcionamento de ciência aplicada, completamente prático, funcional e com resultados a curto e médio prazos.

Com aprofundados estudos em Neurociência, Neurolinguística, Neuropsicologia, Neuroaprendizagem, Física Quântica e Didática, unimos nossas experiências em sala de aula a essas ciências e entendemos como poderíamos ajudar nosso aluno a absorver as informações transmitidas por outros – em sala, em livros, na *Internet*, em palestras etc. – e torná-las conhecimento concreto, ou a descartar as informações desnecessárias, ou, ainda, a excluir situações/emoções prejudiciais.

Gostaríamos, ainda, de registrar que, justamente por tratarmos de assuntos científicos, teorias e conceitos aqui apresentados poderão sofrer alterações, tendo em vista o avanço de pesquisas e o aumento de aparatos tecnológicos que surgem a cada ano. Por isso, desde já, deixamos firmado nosso compromisso quanto à atualização das informações, bem como a renovação de vídeos e obras que venham a respaldar e confirmar todos os nossos apontamentos. Tais revisões e renovações acontecerão a cada nova edição lançada, pois nossos estudos nessas áreas de conhecimento são contínuos, bem como nossa especialização profissional e acadêmica. Não teremos, então, qualquer objeção em assumir mudanças em resultados de pesquisas comprovadas, pois nosso compromisso é com a saúde mental – tanto a nossa, quanto a sua – e a plenitude de vida.

Assim, nosso desejo, como educadores que também somos, é que você tenha em suas mãos um manual científico que o leve a fazer de sua vida aquilo que seja de sua vontade, tendo o conhecimento necessário para isso. Afinal, ao entender como funciona seu cérebro, sua mente e o restante de seu corpo, o domínio sobre sua vida será completo e suas conquistas passarão a ser diárias.

Convidamo-lo, então, para uma leitura de conhecimento e de fundamentação de novos alicerces, afinal, antes de lhe apresentar competências e técnicas que mudarão sua vida, essas mesmas promoveram a nossa e, por isso, fazem parte do que somos e do que conquistamos, diariamente.

PREFÁCIO

Caro(a) Leitor(a),

Você conhece seus medos, desejos, sonhos, traumas, valores e capacidades? Você já foi apresentado a você mesmo? Já foi desafiado por você hoje? Como anda sua autoimagem, sua estima e sua confiança?

Vivemos em tempos onde a velocidade avassaladora com que as informações circulam, nas mais diversas plataformas de comunicação, nos impede, muitas vezes, de perceber que o cerne das mais complexas e intrincadas decisões está na simplicidade do saber pensar, desejar e agir. São tempos de automação e inteligência artificial, de busca por mecanismos que acelerem ou facilitem atividades das quais o nosso próprio cérebro, de alguma maneira, mesmo que em limites e velocidade humanas, seria capaz de processar e, dessa forma, com nossas próprias potencialidades, ampliar nossas chances de sucesso em projetos, relacionamentos ou negócios. Ou seja: SEU cérebro é a chave do SEU sucesso! É ele quem alimenta vidas e máquinas, as quais configuram, na verdade, a busca por exponenciar talentos que são tipicamente humanos.

Viviane Faria e Israel Batista, esculpidos no cinzel da vitória e da superação, nesta obra, livro denso e de instigante leitura, nos descortinam um universo encantador do autoconhecimento, assustadoramente próximo de TUDO o que somos e do que queremos Ser e Ter. É como se já tivéssemos sido expostos a tudo o que é dito, de forma sistemática e constante ao longo de nossa existência, mas ainda não houvéssimos despertado plenamente para os benefícios da aplicação deste indispensável (auto) conhecimento e controle.

De forma sutil, mas arrebatadora, a obra nos impele a pensar, a criar e, então, desatar os nós da negatividade, atingindo uma plenitude de ações que nos impulsionam e nos fazem moldar novos “eus”, a cada novo desafio, e sem perder o melhor de sua essência. Penso que seja, talvez, esse o ponto de maior convergência das práticas quase que terapêuticas propostas por esta rica obra: gatilhos para controlar sentimentos, potencializar capacidades, definir rumos, minimizar riscos, ampliar conquistas, gerar agilidade e força mentais. Não se tratam, aqui, de receitas infalíveis ou promessas miraculosas. Certo estou de que, se assim o fosse, não me atrairia a enorme honra de prefaciá-la. Mas, sim, há a certeza de que a cada página lida, somos convidados a aprofundar e reavaliar conceitos, rever opiniões, e isso é o que, de fato, me instiga no meu próprio trabalho de *Coaching*, nestes mais de 10 anos: a oportunidade de, em participando de profundas e vitoriosas transformações de vidas e vivências, poder também eu, constantemente, (me) TRANSFORMAR.

Saboreie os ensinamentos aqui propostos com a despreensão de quem se permite adentrar num profundo e rico processo de autoconhecimento. A meu ver, esse é o segredo para o pleno aproveitamento de cada lição cuidadosamente grafada aqui. O livro que agora você tem em mãos é uma surpreendente espécie de “faça você mesmo”, embasado cientificamente em uma obra densa, porém, acessível. Apaixone-se pela “dor e delícia de ser o que é”, dispondo de modernos e científicos instrumentais para se chegar onde residem seus mais profundos bloqueios, capacidades, sonhos e virtudes.

Uma faísca de autocontrole e autoconhecimento podem acender uma fogueira de conquistas e sucessos. É preciso, porém, o primeiro passo – e a estrada está aqui, em suas mãos. Desejo-lhe uma excelente leitura, a você e ao ser renovado e engradecido que certamente nascerá desse privilégio literário. A meu ver, esse é o segredo para o pleno aproveitamento de cada lição, cuidadosamente grafadas aqui.

Enfim, este não é um livro acadêmico, no estrito sentido da palavra, mas um texto cheio de esperanças e caminhos em direção ao que mais se precisa: CONTROLAR, ARRISCAR E CONQUISTAR!

O corredor é movido pelos músculos. Já o Campeão, impulsionado pelo Cérebro e pela determinação.

Uma boa e transformadora experiência a todos. Te encontro no pódium....

do amigo e *master coaching*, MÁRCIO MICHELLI

Coach Profissional, palestrante, conferencista,
idealizador do Método EVO e fundador da empresa EVO *Coaching*

SUMÁRIO

DEDICATÓRIA.....	III
AGRADECIMENTOS	V
APRESENTAÇÃO	VII
PREFÁCIO	IX

PARTE I CONHECENDO QUEM ME CONTROLA

1. O QUE É CIÊNCIA APLICADA?	3
1.1. Inteligência funcional	5
1.2. Neurociência.....	7
1.3. Uma história sobre tomar banho.....	8
1.4. Atividade funcional.....	13
2. A CULPA É SEMPRE DO CORAÇÃO... SERÁ?.....	15
2.1. Atividade funcional.....	22
3. CONHECENDO O CÉREBRO DE VERDADE	23
3.1. Game of Thrones: mulher x homem.....	25
3.2. Neurologia	32
3.3. Psicologia	32
3.4. Neurônio.....	33
3.5. Atividade funcional.....	38
4. MEU CORPO É UM UNIVERSO – E, NELE, EU SOU DEUS!.....	39
4.1. Física Quântica.....	43
4.2. Sou dono da minha vida!.....	45
4.3. O que seria inferno?	49

4.4.	Telepatia	50
4.5.	Telecinesia.....	52
4.6	Um texto sobre maturidade	54
4.7.	Atividade funcional.....	56
5.	À PROCURA DA FELICIDADE.....	59
5.1.	Uma história sobre onde mora a felicidade.....	65
5.2.	Atividade funcional.....	72
PARTE II		
QUEM MANDA EM MIM SOU EU!		
6.	SORRIA! – ENTENDENDO AS EMOÇÕES	77
6.1.	Conhecendo minhas emoções	79
6.2.	O poder das amígdalas	91
6.3.	Atividade funcional.....	93
7.	INTELIGÊNCIA EMOCIONAL – FOI BOM PRA VOCÊ?	95
7.1.	E que venha tudo o que sou capaz de sentir!	97
7.2.	Atividade funcional.....	115
8.	INTELIGÊNCIA EMOCIONAL – EU SINTO MUITO... ..	119
8.1.	Uma história sobre como mudar o mundo.....	134
8.2.	Atividade funcional.....	137
9.	INTELIGÊNCIA EMOCIONAL – A FÚRIA QUE ME QUEIMA!	139
9.1.	Atividade funcional.....	155
10.	DOIS HEMISFÉRIOS E UMA SÓ VERDADE	157
10.1.	Psicomotricidade	160
10.2.	Os dois hemisférios	161
10.3.	Plasticidade cerebral.....	166
10.4.	“Meu passado me condena...”	168

10.5. Mentindo com inteligência.....	170
10.6. Com os olhos no alto.....	177
10.7. Uma reflexão sobre a oração.....	179
10.8. Atividade funcional.....	182

PARTE III
SENDO EXATAMENTE O QUE QUERO SER

11. NECESSIDADES CEREBRAIS.....	187
11.1. Necessidades cerebrais.....	189
11.2. Atividade funcional.....	216
12. DESNECESSIDADES CEREBRAIS.....	219
12.1. Desnecessidades cerebrais.....	219
12.2. Atividade funcional.....	230
13. OS CINCO PILARES DO SUCESSO.....	233
13.1. Atividade funcional.....	244

PARTE IV
ÍNDICE DE REFERÊNCIAS

LIVROS, REVISTAS, FILMES, <i>SITES</i> E VÍDEOS NA INTERNET.....	251
--	-----



PARTE I
CONHECENDO QUEM
ME CONTROLA

1 O QUE É CIÊNCIA APLICADA?

A sociedade moderna tem crescido em descobertas científicas, em invenções tecnológicas e em curas de doenças biológicas. Somos, sem sombra de dúvidas, uma raça que não se entrega aos limites impostos por nossas condições físicas; acreditamo-nos inteligentes e vivemos como seres que, a cada dia, conseguem superar suas próprias criações e as descobertas feitas por outros.



Quando estudamos a trajetória do *homo sapiens*, desde seu registro na história do mundo, verificamos um progresso evidente quando comparado ao dos demais seres vivos do planeta. Ao analisar os outros – quer esses sejam vegetais ou animais –, entendemos a supremacia com a qual fomos batizados ou, quem sabe, viemos conquistando, por meio de experimentos, tentativas ou simples observações. Nossa curiosidade, aliada ao polegar opositor, capacitou-nos a explorar o mundo que nos cerca, dominando-o a cada dia, tornando-o, inteiramente, nosso lar.

O ser humano é, sem sombra de dúvidas, o senhor da Terra e o ser vivo superior – em inteligência e poder – a todos os demais, sendo capaz de submeter ou transformar o que for necessário para atender as suas necessidades ou, simplesmente, a seus quereres e caprichos. Entendemos isso, usamos isso e criamos, cada vez mais, recursos para que isso continue. Mas é só?

Não, não é. Fica perceptível, ao estudar o percurso humano, que em sua necessidade de conquistar o mundo e torná-lo seu, o *homo sapiens* dedicou-se a tudo o que o cercava, a tudo o que seus olhos enxergavam, ou seja, a tudo o que lhe era externo. Ousado e, na maior parte das vezes, destemido, fincou bandeiras em descobertas diversas, quer fossem territoriais, quer fossem físicas (curas de

doenças), mas, em contrapartida, obrigou-se a presenciar o aumento das chamadas doenças psíquicas. Assim, apesar de todos os avanços e conquistas da inteligência humana, o homem desapossou-se do controle de seu terreno interior e, atualmente, presencia suas emoções perderem-se no horizonte, à deriva, sem comandante e quase sem esperanças.

Por não entender – ou entender tão pouco – sobre o funcionamento de seu íntimo, não se vê capaz de reassumir a rédeas, afinal, isso não lhe fora ensinado: não está no currículo escolar, não faz parte das conversas familiares ou, ainda, não é assunto central nas redes sociais. E, quando alguém resolve falar do assunto, externalizando dificuldades emocionais pelas quais está passando, rapidamente é rotulado de depressivo, emotivo, sensível, ou seja, é um fraco, é alguém que não consegue fazer parte deste mundo, que gira cada vez mais rápido e que precisa de pessoas racionais, bem informadas e... e... fortes!

Pensando em suprir a ausência de respostas para tais “fraquezas”, diversos autores entraram no mercado literário com obras das mais variadas fontes de conhecimento, a fim de tapar o buraco da alma que tantos e, a cada dia, tantos mais, traziam em si. Tendo por referência a religião, ou a psicologia, ou, ainda, práticas exotéricas, entre outras, cientistas, líderes religiosos e estudiosos distintos procuraram dar ao homem – o grande conquistador desolado – um modo de amenizar ou acabar com seus dilemas interiores e seus fracassos sentimentais. Muitas dessas obras buscaram (e ainda buscam) oferecer certas orientações para certos indivíduos com certos problemas. Exemplifiquemos. Suponhamos que uma determinada pessoa viva sendo acometida pelo medo de ficar sozinha, talvez porque tenha visto seu pai abandonar sua mãe e acredite que o mesmo possa lhe acontecer: ser abandonada pelo cônjuge. Esse temor aumenta toda vez que passa pelo fim de um namoro. Ela sofre quando está sozinha – porque acha que assim permanecerá – e sofre quando está com alguém – porque acredita que será abandonada. Essa pessoa, então, busca uma solução para seu problema em um livro, que a direcione a resolver por si mesma essa questão, que lhe ensine a se ajudar. Esse mecanismo pode ter sua referência em uma determinada fé, em uma determinada técnica terapêutica ou, ainda, em uma prática exotérica.

A nosso ver, qualquer uma delas é altamente válida, caso seja sincera, transmita orientações saudáveis e sociais e, ainda, procure dar à pessoa um caminho possível de ser seguido. Todavia, nossa formação acadêmica mostrou-nos que algo vem faltando em tais livros, algo que tenha vínculo direto com a inteligência humana: o conhecimento científico. Entendemos que quando uma pessoa entende o porquê de agir, pensar e sentir de determinada maneira, ela pode usar esse conhecimento e aplicá-lo de forma a se ajudar de verdade, de uma maneira contínua e definitiva, usando técnicas e recursos que estão em sua própria mente, em seu próprio corpo e no ambiente no qual vive, fazendo tudo isso funcionar a seu favor.

A verdade é que o conhecimento interior é aquele que realmente é capaz de tornar alguém forte de verdade, no sentido completo e pleno de “ser humano”. Intentamos, aqui, fornecer ferramentas do que entendemos ser **Ciência Aplicada**. De forma inteligente, com uma técnica que funcione, ensinaremos uma ciência – comprovada e possível de ser empregada no dia a dia – e, ainda, instruiremos a fazê-la operar de modo perspicaz: a seu completo e inteiro favor.

Assim, **Ciência Aplicada** é o conhecimento cientificamente comprovado e usado por qualquer pessoa em seu cotidiano, como riscar um fósforo para atear fogo ou a eletricidade para bater uma vitamina no liquidificador. É quando você aplica o conhecimento existente para fazer coisas que precisa que sejam feitas. A todo momento e em circunstâncias diversas, temos usado essa ciência que tem sido comprovada em todos os ramos e áreas, todavia, somente em seus ramos tecnológicos. A ciência sobre o cérebro e as descobertas a respeito da capacidade mental, porém, parecem ter sido deixadas de lado, como se não fossem o mais importante de todos os conhecimentos humanos. Mas, quando entendemos nossa capacidade de seres pensantes, criadores e transformadores, passamos a nos ver de outra forma e a nos “usar” com maior intensidade. E toda essa capacidade mental deve ser aplicada a cada momento, pois não podemos sair de casa e deixar lá a nossa cabeça, não é? Ela não somente vem junto, como, também, fica lá no topo, mostrando quem é que manda.

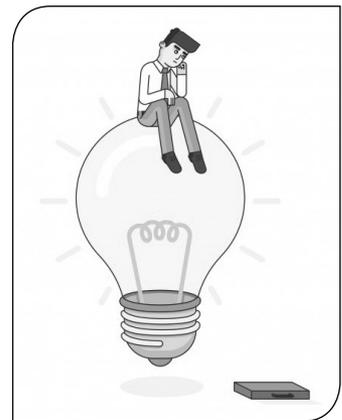
1.1. Inteligência funcional

Nesta obra, a ideia é lhe fornecer um conhecimento aplicado de sua mente, para que você o use em todo momento e em qualquer lugar. Por isso o chamamos de **Inteligência Funcional**, porque sabemos que, em sua competência como ser humano – que conquista a tudo e sabe ser capaz de tudo –, você está apto para usar sua inteligência exatamente como quer e para o que quer, consciente de que, para isso, não há limites.

O que seria isso, afinal?

De acordo com o dicionário **Houaiss**, funcional é “Algo que foi concebido e executado para ter maior eficácia nas funções que lhe são próprias; que possui eficácia, prático, utilitário”, ou seja, é algo que será aproveitado em toda a sua potência, de um modo produtivo e vantajoso.

Verifique que o conceito abrange aquilo que está relacionado às funções que uma coisa qualquer possui, de modo a manipulá-las conforme suas capacidades e serventias. Uma pessoa é funcional se serve com competência aos interesses do



lugar onde trabalha, por exemplo, bem como um objeto também o será se satisfizer as necessidades de quem se utilizar dele.

O adjetivo “funcional”, portanto, foi criado para significar o que tenha sido projetado com a finalidade de proporcionar utilidade, facilidade e, até mesmo, comodidade para quem dele se serve.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), a funcionalidade humana está conceituada em submissão à Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF), que afirma ser um termo que “designa os elementos do corpo, suas funções e estruturas, as atividades humanas e a participação do ser humano nos processos sociais, indicando os aspectos positivos da interação dos indivíduos com determinada condição de saúde e o contexto em que ele vive no que diz respeito aos fatores pessoais e ambientais (estruturais e atitudinais)”.

Na atualidade vemos esse termo associado a diversas áreas, como “Saúde Funcional”, “Exercício Funcional”, “Alimento Funcional”, entre outros. Perceba que em todos eles a ideia é apontar para um modo específico e eficiente do termo anterior. Se o exercício físico é funcional, por exemplo, diz-se que a pessoa busca por um benefício particular da atividade, de modo a desenvolver plenamente seu corpo para um determinado propósito, como ser um melhor corredor ou um perfeito jogador de futebol.

Diante disso, é possível, então, compreender que a Inteligência Funcional está voltada a apontar técnicas científicas que lhe forneçam a capacidade de direcionar sua inteligência (mente) para aquilo que deseja, por meio do aumento de sua capacidade cognitiva.

Tendo por referência obras diversas da Neurociência – Neurolinguística, Neuropsicologia, Neuroaprendizagem, entre outros –, da Neurologia, da Biologia, da Física Quântica, da Linguística, da História, da Pedagogia e da Psicologia, entregaremos a você ferramentas cientificamente comprovadas, que poderá usar, então, para conquistar um domínio sobre suas emoções, melhorar seu desempenho nos estudos, relacionar-se de modo mais adequado com as pessoas, colocar em prática desejos guardados, enfim: dominar a si mesmo com eficácia, praticidade e utilidade.

Além disso, traremos relatos – biográficos e fictícios – que ilustrarão nossos ensinamentos e comprovarão nossas exposições, afinal, desde a Antiguidade os grandes sábios fizeram uso desse recurso para ensinar, ilustrar e vivificar seus ensinamentos. E, para que você possa se aprofundar nos temas que mais o instigarem, faremos inúmeras indicações no decorrer da leitura e, também, colocamos, no capítulo final, uma lista de produções: revistas, sites, vídeos, filmes, livros científicos e obras literárias.