

# Taller El Corazón Inteligente

Autoconocimiento y Crecimiento

---

---

## Introducción

---

### **BIENVENIDA**

Sean bienvenidos y bienvenidas al presente programa sobre el corazón inteligente y la inteligencia del corazón. Apreciamos en todo lo que vale su participación para incluir en su vida las herramientas basadas en los conocimientos del corazón.

El evento se compone de cinco módulos, presentaciones, ejercicios, materiales didácticos y científicos de apoyo.

### **OBJETIVO GENERAL**

Mediante su activa participación lograrán asimilar los conceptos fundamentales desarrollados por el Heartmath Institute que conforman la ciencia y las técnicas de la coherencia del corazón.

---

## Objetivos

---

El Curso-Taller tiene como finalidad que los participantes al concluir el evento:

- Obtengan un conocimiento y comprensión más profunda sobre el significado de la inteligencia del corazón.
- Establezcan una conexión efectiva con su propia inteligencia del corazón.
- Incorporen los beneficios de la inteligencia del corazón a sus vidas y a las de otros.
- Identifiquen los pasos necesarios para aplicar y enseñar las técnicas del Corazón Inteligente.
- Identifiquen formas de apoyar a las personas a su alrededor para mejorar su intuición, salud, relaciones y desempeño.

---

## Contenidos

---

### **Módulo 1:** **¿Qué es el Corazón?**

- El órgano físico
- Centro de procesamiento de información
- Conexiones con el cerebro y el cuerpo
- Aspectos emocionales, intuitivos, y de sabiduría
- La Técnica de Coherencia Rápida (Quick Coherence)

### **Módulo 2:** **La Ciencia del Corazón**

- El HeartMath Institute y los 25 años de investigación
- El corazón como fuente de electricidad
- El campo electromagnético generado por el corazón
- El corazón y las emociones
- ¿Qué es la coherencia? Pautas del ritmo del corazón (HRV)
- La Técnica Heart Lock In: Los dos primeros pasos.

### **Módulo 3:** **El Poder de la Emoción**

- ¿Qué son las emociones?
- Cómo llevar a cabo elecciones emocionales
- Elecciones emocionales que nos regeneran; y elecciones emocionales que nos drenan
- Efectos de las emociones en nuestra fisiología
- La Técnica Heart Lock-In: Paso 3 y aplicaciones.

## **Módulo 4:** **La Inteligencia del Corazón**

- Eficiencia energética
- Herramientas energéticas del corazón
- La Técnica Freeze-frame
- Pasos y aplicaciones

## **Módulo 5:** **Compartiendo la Inteligencia del Corazón**

- Compartir de manera informal y formal
- Beneficios del compartir
- Profundizando nuestra conexión
- Tips para compartir: Pasos básicos

**Dirigido a:** Toda persona interesada en crecimiento personal y desarrollo humano; así como profesionistas de los campos de la salud, psicoterapia, organizacional, y educativo.

**Impartido por:** José Miguel Tafoya (con colaboraciones de la Dra. María Teresa Romero)

**SE OTORGA DIPLOMA DE PARTICIPACION CON VALOR CURRICULAR.**

**DURACIÓN:** 10 horas

**FECHAS 2023:**

**SÁBADOS**

FEBRERO 25

MARZO 11 y 25

ABRIL 1 y 15

**HORARIO:** DE 10:00 A 12:00 HRS.

**TAMAÑO DEL GRUPO:** 10 PARTICIPANTES

**INVERSION:** \$ 2000.<sup>00</sup> **POR PERSONA. (No incluye IVA).** *Nota: se pueden hacer pagos parciales de \$ 400.<sup>00</sup> por cada sesión. Descuento del 50% para alumnos de Análisis Transaccional, y estudiantes.*

**MODALIDAD:** En línea

**CANCELACIONES:** 15% DE CARGO ADMINISTRATIVO HASTA UNA SEMANA ANTES DEL EVENTO; UN DIA O EL MISMO DIA 50%.

## INSCRIPCIONES

---

FAVOR DE EFECTUAR UN DEPOSITO POR: \$ 400.<sup>00</sup>

CUENTA BANORTE: **0601508550** CLABE: **072 222 00601508550 3**

A NOMBRE DE: **JOSE MIGUEL TAFOYA RAVERA**

FAVOR DE AVISAR DEL DEPÓSITO POR ALGUNO DE LOS SIGUIENTES MEDIOS:

*ADJUNTANDO SU NOMBRE Y COMPROBANTE CORRESPONDIENTE*

**WHATSAPP:** 5591 6970 55

**CORREO:** [iaoptimo@gmail.com](mailto:iaoptimo@gmail.com)

DICHO DEPÓSITO SE TOMARÁ PARA CUBRIR EL PRIMER MÓDULO.

MUCHAS GRACIAS.