



#28 DISCOVER CAST Speak English Now! Manifest Your Dream to Speak English! – PART 3 – Creative Visualization as Learning Strategy! Episode 28 / Series: Self-confidence to Speak English > Série: Autoconfiança para Falar Inglês > Fale Inglês Agora! Manifeste Seu Sonho de Falar Inglês! – PART 3 – Visualização Criativa como Estratégia de Aprendizagem! April 11, 2021 / MIN

MANIFEST YOUR DREAM TO SPEAK ENGLISH! PART 3

CREATIVE VISUALIZATION

Self-confidence to Speak English!

by Teacher Mara Natércia

Hello, dear friend! Welcome to DISCOVER CAST – Aqui é MARA NATÉRCIA, e esse Podcast vai ajudar VOCÊ a ter AUTOCONFIANÇA para FALAR INGLÊS, em qualquer lugar e com qualquer pessoa.

E, no Episódio de hoje “Speak English Now!” – “Fale Inglês Agora!”

O tema é Visualização Criativa e a Língua Inglesa! > CREATIVE VISUALIZATION & ENGLISH LANGUAGE!

Você sabia que suas Escolhas Criam Realidades o tempo todo?

Então, agora você vai aprender como usar essa poderosa Estratégia, Visualização Criativa – Creative Visualization, para alavancar sua autoconfiança e sua Fluência para se comunicar em Inglês.

O que eu vou te ensinar nesse e nos próximos Episódios, sobre **Visualização Criativa**, aqui no **Discover Cast**, faz parte da **Técnica TeSCA** que é algo extremamente inovador que vai transformar sua capacidade de aprender Inglês.

TeSCA é a Técnica de Sequência Simultânea e Cumulativa de Estratégias de Aprendizagem de Inglês, do nosso **método Inglês Quântico**.

Então, nesse Episódio e nos próximos, **além de praticar Inglês comigo**, você vai começar a aprender como **criar mentalmente Cenários Vivos, se comunicando fluentemente em Inglês, com prazer e liberdade**.

Quero dizer que você vai aprender como **manifestar, em realidade objetiva, seu sonho de falar Inglês fluentemente**.

E, no final desse **Episode**, você e eu vamos praticar juntos **Palavras e Frases em Inglês**.

Lembre de repetir sempre em **Voz Alta! Speak Loud!!**

Você também pode baixar o arquivo **PDF** deste **Episode**, veja o Link na descrição!

Sou **Mara Natércia**, Professora de Língua Inglesa, Escritora, Internacionalista e Tradutora. **Quero** ajudar **VOCÊ** a ter **AUTOCONFIANÇA** para **FALAR INGLÊS!**

Então, venha comigo aprender esta poderosa **estratégia CREATIVE VISUALIZATION**, em mais um **EPISODE** da **SÉRIE AUTOCONFIANÇA PARA FALAR INGLÊS > SELF-CONFIDENCE TO SPEAK ENGLISH**

In previous **Episodes**, we talked in detail about what **Creative Visualization** means and the main goals of using this knowledge as a powerful English Learning Strategy.

Em **Episódios** anteriores, falamos em detalhes sobre o que significa **Visualização Criativa** e os principais objetivos de usar esse conhecimento como uma poderosa Estratégia de Aprendizagem de Inglês.

I've also taught you some **Preliminary Exercises of Creative Visualization**.

Também te ensinei alguns **Exercícios Preliminares de Visualização Criativa**.

And today you will understand how your **Choices Create Realities**.

E hoje você vai entender como suas **Escolhas criam Realidades**.

You will understand how **thoughts** work and how **energy** is mobilized in this constant **flow** of creating realities.

Você vai entender como os **pensamentos** funcionam e como a **energia** é mobilizada neste **fluxo** constante da criação de Realidades.

All this so that you learn how to create your own **living scenarios** speaking English fluently, thus developing your self-confidence to communicate in English.

Tudo isso para que você aprenda a criar seus próprios **cenários vivos**, **Falando Inglês fluentemente**, assim desenvolvendo sua **autoconfiança para se comunicar em Inglês**.

Let's start by resuming a little bit about what **Creative Visualization** is.

Vamos começar retomando um pouco sobre o que é **Visualização Criativa**.

As I mentioned in another Episode, here at Discover Cast, I can say that **Creative Visualization** is the art of using the creative energy of the universe inherent in us human beings to create positive changes in our lives!

Como mencionei em outro **Episódio**, aqui no **Discover Cast**, eu posso dizer que **Visualização Criativa** é a arte de usar a energia criativa do universo inerente em nós, seres humanos, para realizar mudanças positivas em nossas vidas!

To do this, we must **de**velop certain fundamental skills such as **imagination and concentration** using mental images and also affirmations!

Para isso, devemos desenvolver certas habilidades fundamentais como a **imaginação e a concentração**, usando imagens mentais e também afirmações!

Creative Visualization, one strategy based on the quantum paradigm and inspired by authors such as Howard Gardner, Shakti Gawain and others.

Visualização Criativa, estratégia pautada no paradigma quântico e inspirada em teóricos da física quântica e em autores como Howard Gardner, Shakti Gawain e outros.

Being one of the strategies that composes the **TeSCA Technique**, is based on the **cognitive criteria of neuroscience**, which uses the plural interrelationship of Quantum Connections in the process of **language learning**.

Sendo uma das estratégias que compõe a **Técnica TeSCA**, está fundamentada nos **critérios cognitivos da neurociência**, que utiliza a interrelação plural de Conexões Quânticas no processo da **aprendizagem de idiomas**.

CHOICES CREATE REALITIES - ENERGY! > ESCOLHAS CRIAM REALIDADES – ENERGIA!

Creative Visualization has principles inherent in the universe, which is made up of a kind of force or essence, which science calls energy.

A **Visualização Criativa** possui princípios inerentes ao Universo, que é constituído de uma espécie de força ou essência, a qual a ciência denomina de energia.

We look at the reality around us, and we realize from our physical senses that everything looks solid and is separated, each one by its own particular nature.

Olhamos a realidade que existe em nossa volta e, percebemos pelos nossos sentidos físicos, que tudo parece sólido e se encontra separado, cada um por sua natureza particular.

But at the atomic and subatomic level, what we see are particles within particles.

Mas ao nível atômico e subatômico, o que vemos são partículas dentro de partículas.

What we perceive as solid matter reveals itself as energy.

Aquilo que percebemos como matéria sólida revela-se como energia.

Thus, a new horizon of possibilities unfolds, because we and everything around us are made of the same essence; I mean that it is made of “energy”.

Sendo assim, um novo horizonte de possibilidades se descortina, pois nós mesmos e, tudo que está em nossa volta, é constituído de uma mesma essência; é constituído de “energia”.

What happens is that energy vibrates at different frequencies, so we realize... we see different shapes around us, all the time.

O que ocorre é que a energia vibra em frequências diferentes, por isso percebemos... vemos formas distintas ao nosso redor, a todo o momento.

We note that some are denser and others more subtle.

Observamos que algumas são mais densas e outras mais sutis.

A tree, or a house, for example, is made up of dense frequency energies.

Uma árvore, ou uma casa, por exemplo, são constituídas de energias de frequências densas.

While, a feeling and our own thoughts, all these are made up of subtle energies.

Enquanto, um sentimento e nossos próprios pensamentos, todos estes são constituídos de energias sutis.

Thought is a kind of light and delicate energy, subtle and movable, that manifests itself instantly.

O pensamento é uma forma de energia leve e delicada, sutil e móvel, que se manifesta instantaneamente.

Because of this the thought can move quickly and also change easily.

Por isso, o pensamento pode mover-se com rapidez e alterar-se com facilidade.

And matter is made up of relatively dense and compact energy.

E a matéria é constituída de energia relativamente densa e compacta.

So when we create something, we do it first in our thinking.

Assim, quando criamos alguma coisa, o fazemos primeiramente em nosso pensamento.

Therefore, a thought or an idea always come from before the objective manifestation of it.

Portanto, um pensamento ou uma idéia sempre vem antes da manifestação objetiva do mesmo.

So, that's all for now.

Então, isso é tudo por enquanto.

And in the **next Episode** you will understand a little more about *Energy*, with **in-depth explanatory observations** of the important aspects of *Energy*.

E no próximo **Episódio** você vai entender um pouco mais sobre *Energia*, com **observações explicativas aprofundadas** dos aspectos importantes da *Energia*.

MARVELOUS!!!

And now, **REPEAT** after me!! **SPEAK LOUD!!**

- 1. Creative Visualization as one Learning Strategy.**
- 2. The creative energy of the universe.**

3. **We create all the time.**
4. **We can manifest our desires in objective reality.**
5. **Visualization is very simple and totally common in our lives.**
6. **We must develop imagination and concentration.**
7. **What we perceive as solid matter reveals itself as energy.**
8. **Creative Visualization is the art of using the creative energy of the universe.**

So, I hope you have enjoyed this EPISODE!

Então, espero que você tenha apreciado este Episódio!

Lembrando que aqui no **Discover Cast**, **VOCÊ** encontra conteúdos que te ajudarão a ter **FLUÊNCIA** na Língua Inglesa; você **aprende** as **Estratégias de Estudo** e você **pratica** comigo **Listening and Speaking!**

E a cada **Série e Episódio** do **DISCOVER CAST**, **VOCÊ** vai **aperfeiçoar** o seu Inglês, **descobrir** suas próprias **Capacidades Cognitivas**, e aprender a fazer o **desbloqueio** das crenças limitantes para falar Inglês.

VOCÊ vai **treinar sua mente e integrar suas emoções** no processo da aprendizagem. Lembrando que **falar** é uma **ação emocional**.

Então é isso!

E se você gostou desse EPISODE: Compartilhe com seus amigos e familiares e acesse www.inglesevoce.com.br para mais conteúdos e **LEMBRE** de seguir **@inglesevoce** no INSTAGRAN, **@inglesevoce** e **@aprendizagemquantica** no FACEBOOK e também no YOUTUBE!

Gratitude for listening!

And I'll see you in our Next Episode!