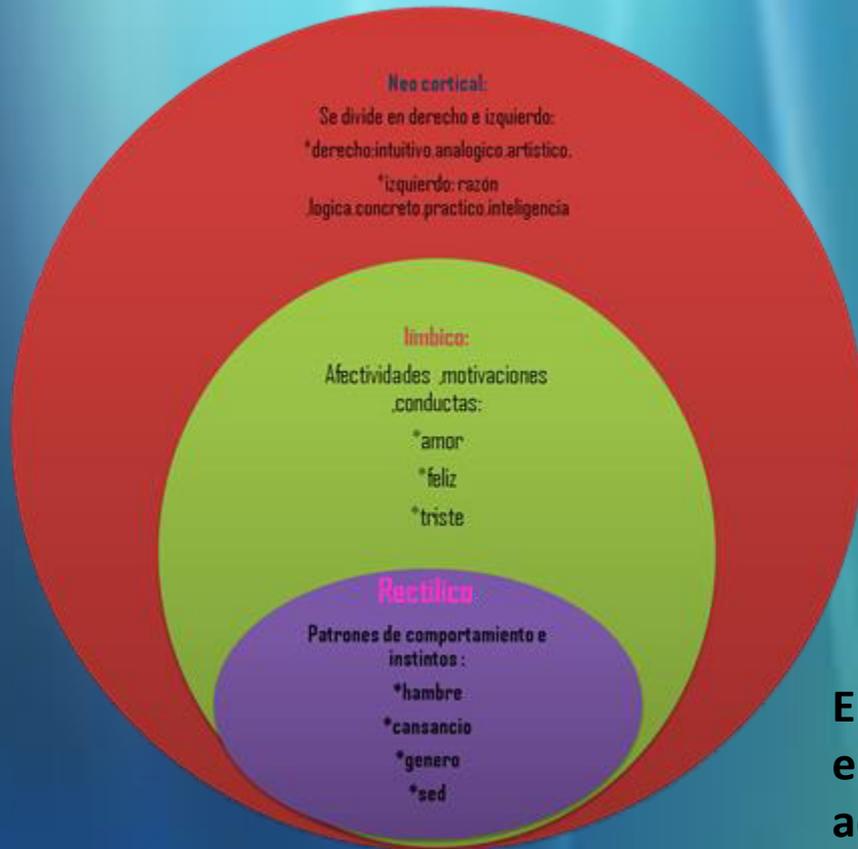
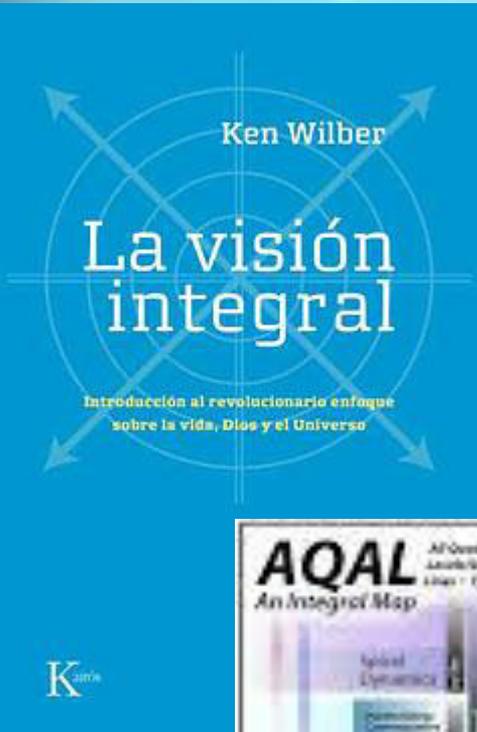


# Módulo de la Mente

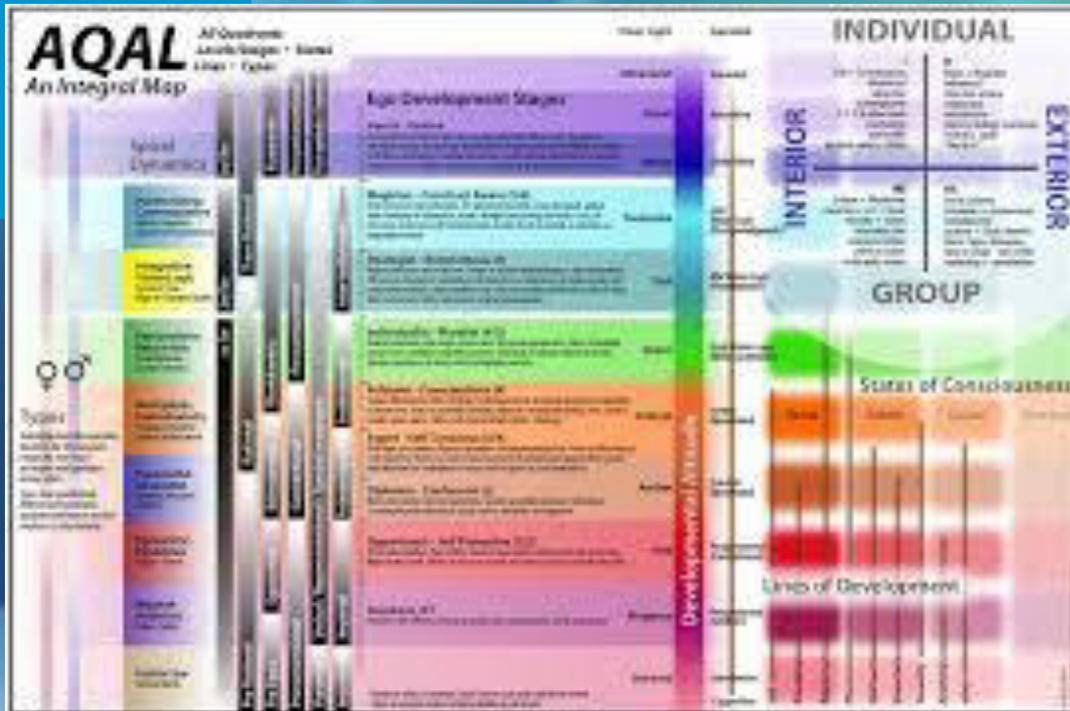


El módulo mental entrena y ejercita la mente en las habilidades y recursos que nos permitan adiestrarla en el manejo de las diferentes perspectivas a las que podemos acceder y en las diferentes voces con las que podemos comunicarnos.



El entrenamiento mental pasa por saber manejar bien todos los elementos de la Teoría Integral. El metamodelo AQAL puede servirnos muy convenientemente para ello.

Manejar con soltura los cinco elementos del modelo y sus interacciones es un primer y principal objetivo en este módulo...





<https://integrallife.com/category/topics/integral-basics/>

<https://comunidadintegral.es/blog>

<https://iniciativaintegral.wordpress.com/>