

La percepción

DEL EGO

Juzga condena y culpabiliza. En general es una proyección de la propia sombra.

DEL ALMA

Ve hechos fácticos sin condena.
Ve soluciones y evolución.

“

No vemos las cosas como son, las
vemos como somos.

Jiddu Krishnamurti

Las creencias



Son filtros con los que percibimos la realidad. Podemos ver únicamente lo que nuestras creencias nos dicen.

Las creencias son ilusiones de certeza con respecto al significado de algo.

Las más peligrosas de todas, son las certezas limitantes que tenemos.

Creencias para modificar cualquier cosa

- Algo está **CONDENADO** a cambiar ahora mismo. Es una orden urgente
- Tengo que cambiarlo **YO MISMA**.
- **YO PUEDO** cambiarlo.

**¿Cómo
encontrar
las creencias
limitantes?**



ADJETIVIZAR

Las personas son, los ricos son,
las mujeres son, los hombres
son, la gente es...

La vida es: un juego? Una
condena? Un lugar para limpiar
los pecados?

Yo soy: capaz, incapaz, fuerte,
débil, linda, fea.

El poder del yo soy

"Yo soy" es la palabra más sagrada de todas.

No hay nada que no podamos ser, tener y hacer.

Cualquier creencia limitante que tengamos acá, puede literalmente arruinarnos la vida.

Lo somos todo y estamos eligiendo instante a instante quién queremos ser y a dónde queremos ir, y qué queremos tener.

Origen de las creencias



La infancia



La familia



La cultura



Situaciones
traumáticas

Neuro- asociaciones

- El PLACER vs el DOLOR
 - Toda nuestra vida está afectada a lo que asociamos con dolor y placer. Nuestro destino está determinado por esto.
-
- Todo lo que elegimos percibir es, en cierta medida, nuestra voluntad y está necesariamente asociada al placer. A pesar de que sea muy doloroso.
 - Todo lo que sacamos de nuestra vida está asociado al dolor, o lo que no tenemos.

¿Cómo pensamos?

- A través de imágenes
- A través de sonidos
- A través de sensaciones

Si alteramos cualquiera de ellas,
cambia nuestro estado mental.



Los permisos inconscientes

- ¿Qué tiene que pasar para sentirme de tal forma?
- Ante esta situación entonces significa que...
- Son los "códigos" que hemos aprendido.



Valores

- Representan nuestros mayores DESEOS.
- Nuestros peores miedos.
- Nuestra conducta es 100% condicionada por nuestros valores.





Elijamos nuestras creencias como queremos

- Tener soberanía mental no sólo es un derecho sino una obligación.
- Defendamos la libertad de pensar como queremos, sentir como queremos y hacer lo que soñamos.
- Este es el poder del verbo.

TRASCENDER - MÓDULO 8

Muchas gracias

Próxima clase: Relaciones conscientes.