

# Paz Interior

Tus primeros pasos

# Evalúa

- ¿Cuáles son las áreas de tu vida que no disfrutas?
- ¿Cuáles son las áreas de tu vida donde has sido o eres perdedor?
- ¿Qué cuentas te entregas a ti misma/o en cuanto al amor, la libertad y la responsabilidad?
- ¿Porqué crees tú que viniste al mundo físico?
- ¿De donde vienes?
- ¿A dónde vas?

# Evalúa

- ¿Quién eres?
- ¿Te consideras una persona espiritual?
- ¿Porqué quieres la paz interior?

# ¿Qué es la paz?

- Es el estado que surge de alinearte a la luz de tu ser.
- Es la interrelación armoniosa de todo lo vivo, cualquiera que sea su forma, en una existencia de cooperación.

# El camino a la paz

1. Autoconsciencia
2. Autovaloración
3. Autoestima
4. Autoamor
5. Autoconfianza
6. Autorespeto
7. Autorealización

# Autoconsciencia

- Autoconsciencia de tu totalidad
- Reconocer tu luz y tu sombra
- Sombra
  - parte oscura de tu personalidad
  - aspectos negados de ti misma/o
  - No por ser negados desaparecen de ti
  - Todo lo negado queda en el subconsciente o en el inconsciente

# Autoconsciencia

- Imagen
  - Por cuidar tu imagen escondes tus verdaderos sentimientos: dolor, rencor, autolástima, miedo, envidia, inseguridad, dudas, confusiones, ansiedades, preocupaciones.
- Una persona que no ha aprendido a manejar su sombra no puede tener paz interior
- ¿Cuáles son tus partes feas?

# Principios

- ¿Cuáles son tus principios?

# Código de honor

- Honestidad
- Responsabilidad
  - Confianza
  - Cooperación
- No dañar conscientemente a nadie

# Carácter

- Frecuencia con la que aplicas tus principios
  - Evalúa tu carácter

# Los primeros pasos

- Sin dar los primeros pasos nunca aprenderás a caminar hacia la paz.
- La paz es un ideal y como todos los ideales, son inalcanzables en su totalidad porque siempre hay mas paz posible.
- Los ideales son las luces que alumbran el camino y el camino es eterno.
- La paz podrá ser siempre tu acompañante y tu fuente interior.
- Siempre que entres en contacto con tu ser, sentirás paz.

# Los primeros pasos

- Estar en tu ser te permite percibir el ser de los demás.
- Tú eres yo y yo soy tu
- Todos somos Dios/Diosa/Todo lo que Es

# Evalúa

- ¿Qué fue lo que aprendiste?

# Dile Sí a la Vida

- Bienvenida/o a Sexto Sol Centro de Autosanación