CONSTRUIR UNA VIDA ABUNDANTE

“CREANDO POSIBILIDADES DE BIENESTAR Y ARMONIA”

Erika Restrepo y María Saldarriaga
Conekta-Mentoring con Propósito
Febrero 2023

ABUNDANCIA

La abundancia es un estado de conciencia, una actitud con la que afrontar cualquier situación que nos encontremos en la vida.

Ser abundante consiste sencillamente en aprender a reconocer todo aquello que damos por sentado, en ver con ojos renovados todas aquellas virtudes que poseemos, y todas las cosas maravillosas nos rodean, que en algún momento hemos dejado valorar y de agradecer.

Cultivando una mente abundante

01

Toma conciencia de las creencias que albergamos sobre el merecimiento, la autovaloración y el dinero.

02

Transforma los pensamientos de miedo e impotencia por aquellos de confianza y fe.

03

Entiende el poder de la mente y como impresionar nuestro subconsciente.

04

Alegrate por la abundancia de los demás.

Cultivando una mente abundante

05 Comprender que el momento presente es la mayor riqueza con que se cuenta.

06 Transforma sus pensamientos, cuide su vibración y gestione sus emociones de carencia.

07 Atrévete a desempolvar tus sueños.

08 Protege tu círculo de influencia positiva.

Un video inspirador de cómo lograr tus metas

Errores que alejan nuestra abundancia

Creencias

- Familia.
- Entorno.
- Educación.
- Asociarla sólo al dinero.

Pensar desde la Carencia

- Necesidad.
- Permisos.
- No merecimiento.
- Pensameientos de pobreza.

Energía

- Aseo.
- Desorden.
- Círculo de influencias.
- Dar y Recibir.
- Envidia.

“El Universo es Abundante e Ilimitado ”.

—Ley del Universo

Deja que tus
Sueños
Sean más
GRANDES
que tus
{MIEDOS}

Cuales son tus miedos...

- ✓ Miedo a vencernos a nosotros mismos.
- ✓ Miedo al cambio.
- ✓ Miedo a no ser felices.

- ✓ Miedo a no encontrar nuestro para que.
- ✓ Miedo a ser diferente.
- ✓ Miedo a no creer en nosotros mismos.

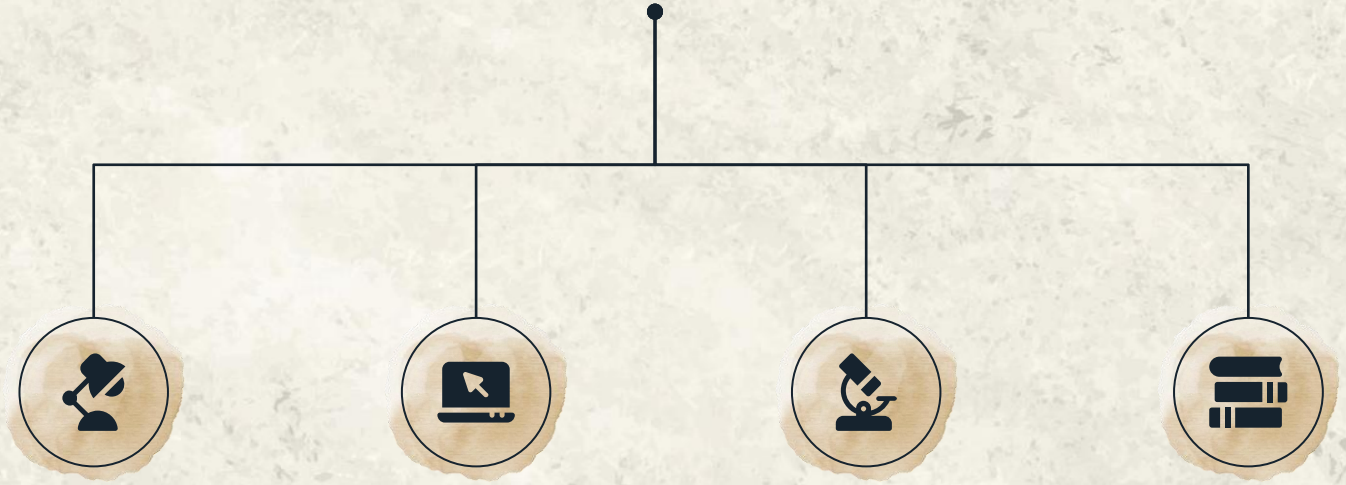
- ✓ Miedo a asumir retos.
- ✓ Miedo al cambio.
- ✓ Miedo a no ser felices.

- ✓ Miedo al ridículo.
- ✓ Miedo a no estar con la persona indicada.
- ✓ Miedo a hablar en público.

- ✓ Miedo a perder la estabilidad.
- ✓ Miedo a empezar de nuevo.
- ✓ Miedo a fracasar.

@ReginaCarrot
7.3 billones de personas en nuestro planeta tierra
0:02 / 3:41

CÓMO GESTIONAR EL MIEDO?



RECONOCIMIENTO DE LA EMOCIÓN

AUTOREGULACIÓN Y AUTOCONTROL

EXPOSICIÓN PROGRESIVA

VISUALIZACIÓN

Gracias!

@momentosiete
@conectateenplenitud