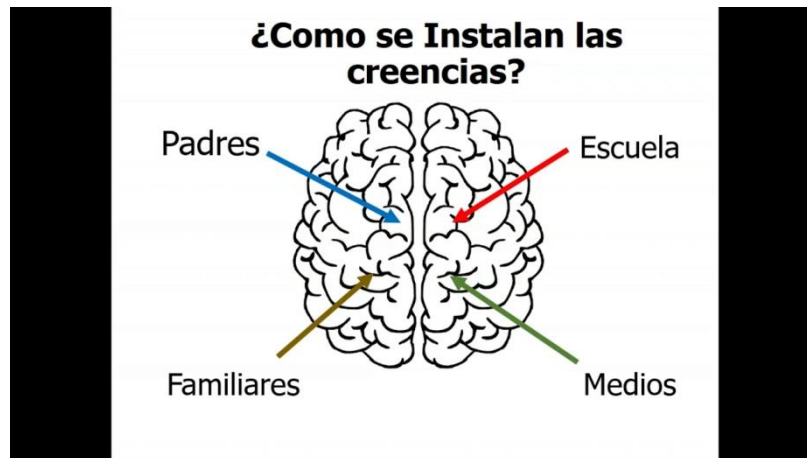


CREENCIAS LIMITANTES

CREENCIAS



Las creencias son ideas que tenemos sobre las cosas y que pensamos que son verdaderas.



Las creencias se van formando a lo largo de nuestra vida: lo que vemos en otras personas, lo que nos dicen los demás, o las propias conclusiones que sacamos de lo que nos pasa. Todo esto va moldeando nuestra mente y nuestra forma de pensar y de actuar.



Las creencias son importantes, porque necesitamos un mapa para interpretar el mundo, pero lo malo es que a veces **creamos creencias** que nos limitan y nos impiden crecer y ser mejores.



Por ejemplo, si una vez de pequeño tuviste que hablar en público, te equivocaste y se rieron de ti, puedes tener las creencias:

*"No valgo para hablar en público, seguro que me equivoco« o
«Soy tonto»*

Probablemente hayas creado una creencia limitante, generalizando el resultado de un determinado acontecimiento. Y te vas a quedar con la idea de que no vales para eso y no lo querrás volver a intentar.



Es muy importante cuidar la forma en la que hablamos a otras personas, y a nosotros mismos, porque *las palabras repetidas se convierten en creencias*, nuestras creencias influyen en nuestras *acciones*. Y nuestras acciones, *diseñan nuestra vida*.



UNA HISTORIA INSPIRADORA

Os voy a contar una historia como ejemplo de esto:

<https://www.youtube.com/watch?v=KWm07d0Y9gE>

Cómo ves, su madre le hizo creer toda su vida que era un genio, y en eso se convirtió.

No es magia, simplemente él tenía dentro ese potencial y su madre le hizo creer que **podía**.

REVISA TUS CREENCIAS Y NO DEJES QUE TE LIMITEN

Tú puedes cambiar esas creencias que te están limitando. Solo tienes que identificarlas, analizarlas, y ver si de verdad tienen sentido a día de hoy.

<u>TU CREENCIA LIMITANTE</u>		
¿EN QUÉ TE PERJUDICA?	¿EN QUÉ TE BENEFICIA?	¿CÓMO SERÍA TU VIDA SIN ESA CREENCIA?

Tenemos posibilidades infinitas, así que no dejes que nada ni nadie te haga creer lo contrario. Recuerda: «lo que crees, creas»



Henry Ford: “Tanto si crees que puedes hacerlo, como si crees que no, tendrás razón”

