

***Ser Conscientes de aquello que proyectamos en los demás, nos permite descubrir cómo somos en realidad en la convivencia diaria con nuestro entorno.***



*Cómo me veo a mi mismo?*

*El permitirnos tener conciencia de este mecanismo mental nos facilita recuperar el control sobre lo que está sucediendo en nuestro interior, para poder hacernos cargo y trabajar en nosotros mismos, en aquellos aspectos de nuestra existencia que no deseamos mantener o queremos transformar positivamente.*

*Es imprescindible recordar que todo lo que llega a través de nuestros sentidos lo damos como cierto, sin reconocer muchas veces la parte de interpretación o de subjetividad que hay en ello.*

*Vivimos de acuerdo con esta forma de percibir (“Percepción Individual”) la realidad.*

*Analizaremos las creaciones y/o distorsiones negativas, que nos generan malestar a la hora de relacionarnos con las personas de nuestro entorno.*

*Analizaremos las creaciones distorsionadas de nosotros mismos.*

*Hoy quiero que me digas que: “Si quiero” emplear este recurso natural en proyectar de forma positiva.*

*Proyectar en forma más sana, más plena, para conseguir para tu propia vida un crecimiento interior mucho más saludable.*

*La Meditación, el pensar calmadamente, el respirar profundo y observar con mejores ojos lo que aparentemente te molesta, nos ayuda a cruzar dicha frontera, facilitándote a aprender a provocar cambios profundos y aceptación en tu vida para su mejor calidad.*

### **LA LEY ESPEJO**

#### **LO QUE VEZ EN LOS DEMAS E TU REFLEJO**



*A la hora de construir cada paso de tu crecimiento personal.*

*Te enfocas en demasía, solo en tu interior, cuando gran parte de lo que puedes aprender reside en el exterior o en tu entorno de confianza.*

*El reflejo espejo, nos dice “Lo que ves en los demás, te revela información sagrada de lo que tú mismo eres, El exterior actual es como un espejo para tu mente.*

*Vemos reflejadas diferentes cualidades, características y aspectos personales de tu propia esencia, de tu ser más primitivo.*

*Hablamos de las situaciones que frecuentemente se te da en tu día a día cuando observas algo que no te gusta de los demás y sientes cierto rechazo, incluso disgusto. Pues bien, estamos ante la Ley del espejo, la cual establece que de alguna manera ese aspecto que nos disgusta de determinada persona existe en tu interior.*

*La proyección psicológica es un mecanismo de defensa, por el que atribuimos a otros sentimientos, pensamientos, creencias o incluso acciones propias inaceptables para nosotros.*

*Sin más te digo que:*

*“La gente, solo te devuelve el reflejo de la forma en que le hablas”*



## **Questionario**

*Materiales: Un Espejo grande  
Un plumón  
Una foto de tu persona*

*Taller para desarrollar en Clases Online.*

***Nadie pierde por dar amor, pierde aquel que no sabe recibirlo.***

***Maritza JPII***