

## **Las Creencias limitantes nos alejan de la prosperidad y la abundancia**

Algo importante que debemos tener en cuenta para mejorar nuestra relación con el dinero es que **las creencias limitantes son pensamientos negativos que nos alejan de la felicidad, la prosperidad y la abundancia.**

Tus creencias no están hechas de tu realidad, es **tu realidad la que está hecha en base a tus creencias.** Las creencias son pensamientos que se convierten en barreras para que podamos desarrollar nuestras potencialidades.

Las creencias limitantes son pensamientos negativos tales como:

- No puedo.
- No creo.
- No valgo.
- No merezco.
- No soy capaz.
- No soy suficiente.
- Es imposible.
- Me da miedo.
- Cualquier otra creencia que sientas que te está limitando de alguna manera.

¿Tienes alguna de estas creencias limitantes? A veces, ni siquiera somos conscientes de que tenemos estos pensamientos, pero actuamos en consecuencia.

**Aprende a observarte para que puedas identificar cuáles te están afectando.**

**Aprende a transformar creencias limitantes en creencias potenciadoras**

Por ejemplo:

No soy suficiente – Soy suficiente

No merezco ser feliz – Merezco ser feliz

Todas las noches, **lee la lista de las creencias potenciadoras**, para que las vallas integrando en tu ser y liberando las limitantes.

Ahora que ya sabemos identificar creencias limitantes y transformarlas en potenciadoras, veamos de manera más directa los conflictos ancestrales que están afectando tu relación con el dinero, la abundancia y la prosperidad.

**las lealtades invisibles son identificaciones inconscientes repetitivas** que nos obligan a «pagar» deudas a nuestros antepasados, lo queramos a no.

Todo dentro del árbol debe estar en equilibrio y lo más importante es la lealtad familiar y los programas que heredamos.

**Todo es lealtad:** la preferencia de comidas, la religión, el partido político, etc. **Por amor ciego a mi clan me mantengo repitiendo su misma historia, dramas y conflictos.**

A menudo, varios de nuestros ancestros pueden manifestar una relación conflictiva con el dinero, y nosotros la repetimos:

- Están los que ganan muy poco, porque tienen miedo a la carencia.
- Los que ganan muy bien, pero el dinero se les va de las manos, porque no aprendieron a poner límites.
- Están los que no se atreven a cobrar por su trabajo, porque no sienten que lo merecen.
- Los que viven endeudados, porque no aprendieron a gestionarse y a valorarse.

Además, **hay otros conflictos que surgen en las familias que afectan nuestra relación con el dinero:**

- Hijos ilegítimos.
- Herencias mal distribuidas.
- Ruinas y pérdidas de dinero.
- Dinero asociado a la sexualidad o al juego.
- Dinero mal ganado.
- Secretos.
- Incestos.

Es importante también saber que, al dinero, como energía que es, le gusta el movimiento, no quedarse estancado.

Así que, si tenemos **ancestros que solo se enfocaban en “acumular”**, eso también representa una relación inadecuada con la abundancia.

## **Ejercicio para reprogramar nuestra relación con el dinero**

Como has podido notar, hay muchos aspectos que pueden mejorar tu relación con el dinero. Entre ellos, el más básico es **sanar la manera como te relacionas contigo mism@ y el vínculo que tienes con papá y mamá.**

Esto requiere un proceso de toma de consciencia y sanación, que quizá ya hayas comenzado. Y para apoyar tu transformación, hoy quiero compartirte **un ejercicio sencillo para que comiences a mejorar tu merecimiento y, por ende, la relación con tus finanzas.**

Para comenzar, escribe una lista llamada “deseo dinero para”, en la que incluyas lo que desees, por ejemplo:

- Viajar.
- Estudiar.
- Comprarme una casa.
- Comprarme un auto.
- Salir a cenar.
- Comprar ropa.
- Comprar comida.
- Cualquier otro deseo que tengas.

En segundo lugar, **te recomiendo definir cuál es el problema que tienes con el dinero:**

- Me incomoda, siento que tiene una energía negativa.
- No lo genero, no confío en mis dones, no sé cómo hacerlo.
- Gasto más de lo que tengo, no sé gestionarme, llego con dificultad a cubrir mis gastos.
- Me estafan, en mis transacciones y relaciones, no son honestos conmigo.
- No me pagan lo que quiero, no sé cómo pedirlo, no sé si lo merezco.
- No cobro por mi trabajo, quiero ayudar con mis servicios, pero luego no puedo cubrir mis gastos.

¿Alguno de estas situaciones te resulta especialmente familiar?, ¿tal vez varias de ellas? Toma nota de ellas en otro papel.

## **Detecta tus patrones en tu historia familiar**

**Investiga en tu árbol familiar: ¿Cómo gestionaban tus padres y abuelos estos temas? ¿Detectas similitudes?** Apúntate qué patrones se repiten y en quién.

Anímate a dar un paso más allá y **trata de ponerte en la piel de cada uno de ellos**, cerrando los ojos y tomando una serie de respiraciones profundas.

A continuación, **describe todo lo que te llegue sobre cómo se originaron sus patrones**: ¿cómo fue su infancia?, ¿fueron abandonados?, ¿emigraron?, ¿vivieron una guerra?, ¿pasaron hambre?, ¿se sintieron apoyados por sus padres?, ¿en qué experiencias intuyes que se basan sus creencias?

Este es un ejercicio que siempre nos conecta con un fuerte sentimiento de empatía y humildad, ya que nos permite comprender que, en sus circunstancias, era lo único que podía suceder. Por eso, sucedió así y no de otra manera.

Este proceso nos lleva a la siguiente pregunta:

**¿Cómo puedo liberarme de las lealtades familiares?**

Te invito a que juntos trabajemos estas lealtades familiares en mi diplomado terapeuta en sanación transgeneracional

**Si deseas formar parte de este diplomado solicita información al siguiente unnero**

**+1 (863) 280-0115**

**Correo : [info@mimizambrano.com](mailto:info@mimizambrano.com)**