

A dark, atmospheric scene with a blue butterfly and mushrooms on a rocky surface. The background is a deep blue with bokeh light effects. The foreground shows dark, textured rocks. A blue butterfly is in the center, and several mushrooms are scattered around. The text is overlaid on a dark horizontal band.

**EL ADN DE LA  
CONFIANZA AUTÉNTICA**

# Conceptos Clave

- La confianza no se basa en nuestro comportamiento, historia, talentos o nivel de inteligencia.
- La confianza se basa en saber que hay un poder dentro de nosotros que nos dio la vida.
- Casi todos nos sentimos menos confiados de lo que nos gustaría

# Conceptos Clave

- Nuestro ADN intangible o espiritual es perfecto y dentro de ese ADN espiritual está la confianza perfecta
- Incrementar una confianza inquebrantable nos ayuda a pasar dificultades y a dirigir el miedo.
- Las opiniones no son la verdad

## Conceptos Clave

- Nuestro cuerpo es un regalo, independientemente de las opiniones que tengamos respecto a su tamaño, forma, color o manera de ser.
- Nadie más en el mundo es tu. A nadie más en el mundo le importa lo que a ti. Nadie más en el mundo está configurado de la manera en la que tú estás. Eres único (a).

## Conceptos Clave

- La confianza proviene de la fuente que está dentro de nosotros que es más grande que cualquier opinión y mucho más fuerte que cualquier circunstancia.
- Nuestro anhelo por sentir más confianza es el eco del poder que nos hace respirar.



# PREGUNTAS

**¡A darnos cuenta!**

**¿CUÁLES SON LAS  
OPINIONES TUYAS O DE  
OTROS SOBRE TU CUERPO  
QUE HAN AFECTADO LA  
CONFIANZA EN TI**

**¿CUÁLES SON LAS OPINIONES SOBRE  
TUS LOGROS QUE TU U OTROS HAN  
TENIDO QUE HAN AFECTADO LA  
CONFIANZA EN TI?**

**¿CUÁL ES LA VERDAD DE TUS  
LOGROS?**

**¿QUÉ CIRCUNSTANCIAS DEL PASADO HAN  
AFECTADO LA CONFIANZA EN TI Y DE LAS QUE  
AHORA PUEDES SENTIRTE AGRADECIDO (A)  
PORQUE ESO TE HA TRAÍDO HASTA AQUÍ?**

**¿CUANDO PONGAS LA  
CABEZA EN LA ALMOHADA  
POR ÚLTIMA VEZ, DE QUÉ  
TE VAS A SENTIR  
SATISFECHO (A) POR  
HABER USADO TU TIEMPO  
ENERGÍA Y ATENCIÓN.?**

**¿QUÉ ES LO QUE TE GUSTARÍA  
SER, HACER, TENER EN ESTA  
VIDA?**

**¿QUÉ TE HARÍA AMAR MAS TU  
VIDA?**