



Silencio, por favor · Edición 2.0

Los S/s

Formación de 4 días

Junio 1 – 4 · 2026

D1

Regresa al presente

Sobre esta formación

33 afirmaciones para reconectar

4 días · 4 dimensiones

*Cada SI es una verdad que ya está en ti.
Recuérdalas. Vívelas. Intégralas.***SI 1****Somos energía, puedo sentirla en mi cuerpo y direccionarla.****SI 2****Enfermamos por emociones = energía bloqueada.****SI 3****La motivación, nuestra mirada interna, modifica la materia. Nuestras células, cuerpo, mente.****SI 4****Cuerpo es presente. La mente viaja al pasado y al futuro.****SI 5****Todo es mentira. Lo que experimento depende de mi estado interno.****SI 6****Para cambiar mis patrones, necesito repetición en cuerpo, mente, consciencia.****SI 7****En OMT se trabaja la "Higiene Tridimensional".****SI 8****En la práctica he sentido "orgullo interno".****SI 9****En la práctica he disuelto el "Yo Soy".****SI 10****En la práctica he "visualizado el cambio".****SI 11****En la práctica he "sentido la emoción del cambio".****SI 12****En la práctica he "meditado", "calmado la mente", "expandido mi corazón".****SI 13****En la práctica he "vuelto al presente, a mi cuerpo, a la mente calmada, a mi silencio".**

D2

Confía, vuelve a ti

SI 14

El dolor aparece por tener baja energía y por mi susceptibilidad inherente.

SI 15

Hay un proceso lógico de pérdida de confianza. Esto crea mi creencia limitante.

SI 16

Es necesario subir y cuidar mi energía, entrenando, meditando, trabajando la higiene tridimensional.

SI 17

Aquel que actuó no es el culpable, yo no soy la víctima. Ambos somos amor, paz y queremos ser felices. Hacemos lo que podemos con lo que tenemos.

SI 18

"Piensa bien y te liberarás."

SI 19

Para recuperar mi amor interno necesito una práctica y una motivación elevada.

D3

Silencio, conoce tu calma

SI 20

La calma me la quita el rumor mental, en la gestión de mi relación con los demás.

SI 21

Los conflictos aparecen por mi identificación con el acontecimiento y con el portador.

SI 22

El conflicto explota por el encuentro de dos egos. Si miras con amor puedes ver la herida del niño.

SI 23

Hay una memoria inconsciente que reacciona en automático. Aplicando los 3 entendimientos puedo contenerla.

SI 24

Hay un proceso de generación de la ira y un proceso de no reacción. A mayor energía, mayor entendimiento.

SI 25

"No reacciones", respira. Todo conflicto se disuelve con el tiempo.

D4

Actúa, la clave para el cambio

SI 26

La mente egocéntrica etiqueta, identifica, limita. La de la consciencia: mi esencia es pura, clara y conocedora.

SI 27

La mente del ego pesa, rumorea, duele. La de la esencia es ligera, expansiva.

SI 28

La mente del ego siente miedo, se apega, siente ira, celos, juicios. Me manipula, me quiere parado, me separa.

SI 29

La mente de la esencia siente amor, se desapega, toma acción, no me juzga. Activa mi confianza y acción. Me une a todo.

SI 30

La mente del ego te conoce, te dirá lo que necesita para paralizarte. La de la esencia va a impulsarte, motivarte, darte el coraje.

SI 31

La pereza no es el síntoma, es la manifestación de un miedo.

SI 32

Hay tres tipos de pereza: no quiero, mañana lo hago, no tengo tiempo.

SI 33

Para generar un cambio hace falta acción. Motivación, método, compromiso, repetición, integración.