TRANSFÓRMATE

CADA DÍA ES UNA OPORTUNIDAD





Coporación Centro CITA IPS | Salud Mental y adicciones

E.S.E.
HOSPITAL
SAN FRANCISCO DE ASÍS
SAN FRANCISCO - ANTIOQUIA
Servimos con calidad humana
comprometidos con su salud
NIT 800133887-9

TRANS

ES UN PREFIJO QUE SIGNIFICA "AL OTRO LADO" O "A TRAVÉS DE"

FORMA

MODO DE PROCEDER EN ALGO.
MOLDE EN QUE SE VACÍA Y FORMA ALGO.

TE

FORMA QUE, EN ACUSATIVO O DATIVO, DESIGNA A LA PERSONA A LA QUE SE DIRIGE QUIEN HABLA O ESCRIBE.DE PROCEDER EN ALGO.
MOLDE EN QUE SE VACÍA Y FORMA ALGO.



Todo lo que no se dice se transmite...



Cuando identificamos las fuentes de nuestros traumas generacionales, nuestros fantasmas pueden " **"dejar de acosarnos, y pasar a formar parte de nuestra historia, sin más".**

Norman Doidge

¿Cómo lo puedo transformar?

- Nuestros pensamientos
- Nuestras imágenes interiores
- Prácticas diarias de visualización y meditación

La vida del ser humano es un continuo transcurrir de nacimientos y muertes, formas diferentes de metamorfosis, paso de la quieta y misteriosa oruga a la extasiante y alada mariposa.

PARA COMPRENDER ES NECESARIO INTEGRAR LO DESCUBIERTO A TRAVÉS DE...FRASES, RITOS, PRÁCTICAS O EJERCICIOS QUE NOS AYUDEN A FORJAR UNA NUEVA IMAGEN INTERIOR.







Es posible que situaciones con una alta carga emocional no sean de nosotros, las cuales se pueden expresar de modos no verbales, sensaciones físicas, conductas, emociones, impulsos e incluso síntomas de una enfermedad.

Depresión
Ansiedad
Perdón

FRASE CURADORA

UNA FRASE DE RECONCILIACIÓN O RESOLUCIÓN QUE TRAE NUEVAS IMÁGENES Y SENTIMIENTOS DE BIENESTAR.



Esa misma cueva en la que te da miedo entrar resulta ser el origen de lo que estás buscando.

Joseph Campbell

CÓMO VIVIR LA TRANSFORMACIÓN

1. Todos los días cambia el pañal de tu oruga.
2. Todos los días dale de comer (hojas frescas 2 ó 3) - recuerda que estas se guardan en la nevera.
3. Cuando tu oruga comience a realizar su proceso de cambiar a crisálida, llegará hasta la tapa hará un punto de seda y se colgará formando una J, comenzará a despojarse de su piel y tejerá su traje.
4. Cuando este transformada en crisálida y veas un hilo dorado al rededor, retira la comida para evitar humedad y que no se caiga la seda.
5. No te asustes si ves algo rojo en el pañal, los procesos de transformación en ocasiones hacen sangrar y con las orugas no es la excepción.
6. Una vez veas que la crisalida comienza a caer y tu mariposa nació, abre la tapa y sácala, puedes poner tu mano y ella se montará.
7. Dale tiempo, no volará de inmediato, sus alas deben coger fuerza y luego déjala marchar.

ALIMENTO

Asclepias physocarpa



Asclepias physocarpa es una especie de angiosperma perteneciente a la familia de las apocináceas. Ahora, algunos autores, la han catalogado como una sinonimia de Gomphocarpus physocarpus E.Mey. Wikipedia

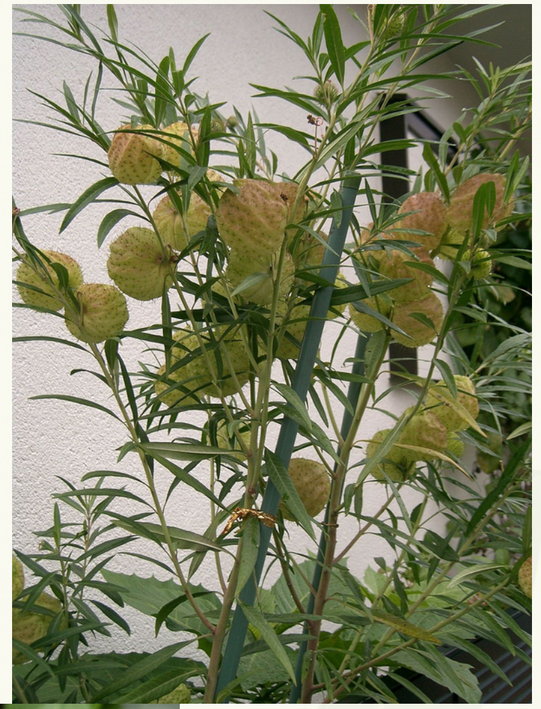
Clasificación superior: Gomphocarpus

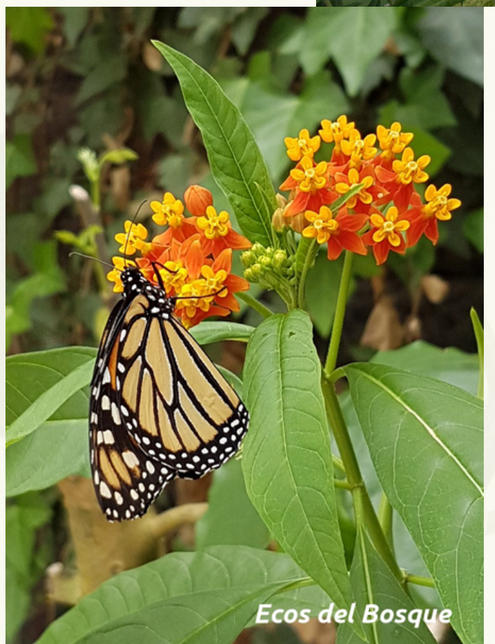
Nombre científico: Gomphocarpus physocarpus

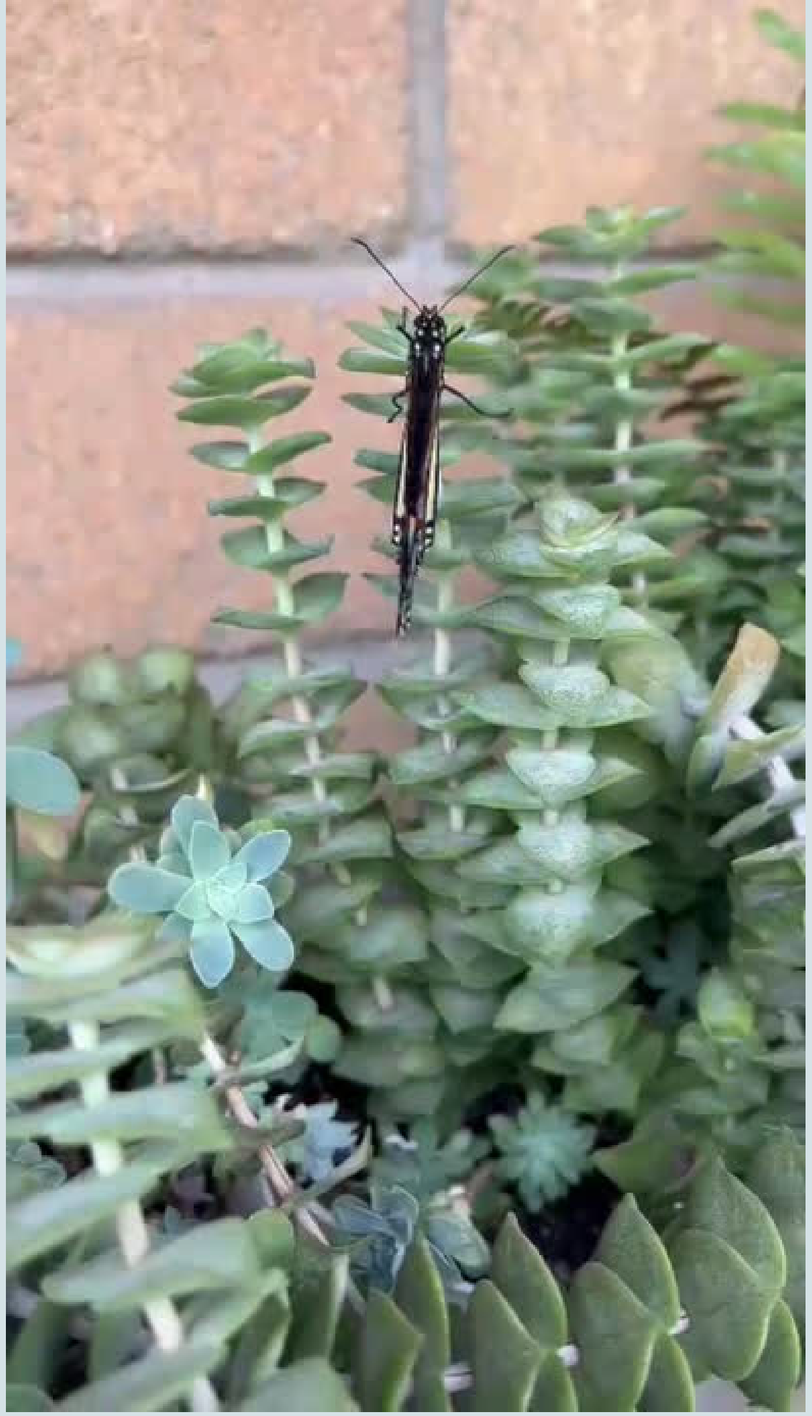
Categoría: Especie

Familia: Apocynaceae

Especie: Asclepias physocarpa; (E.Mey.) Schlechter







E.S.E.
HOSPITAL
SAN FRANCISCO DE ASÍS
SAN FRANCISCO - ANTIOQUIA
Servimos con calidad humana
comprometidos con su salud
NIT 800133887-9

