

EN DEFINITIVA

Todos somos seres en evolución y todos tenemos dones, cualidades y fortalezas, todos.

Nuestros hijos/as vienen con información “epigenética” (datos físicos y psicológicos de los antepasados). Desde el embarazo hay influencia de lo externo y desde los primeros meses hasta los 3 años es una etapa clave, que hacia los 7 años definirá las claves de su desarrollo.

Además de aprender de nuestros modelos, nuestros hijos en muchos casos nos dan “mensajes” y “lecciones”. ¿Has descubierto ya los de tu hijo/a?

OBSERVARNOS y REFLEXIONAR desde la “inteligencia del corazón” (esa que intuye, acepta y comprende), es el mejor espejo desde donde **APRENDER a CONVIVIR** con armonía en nuestra familia.

En cada momento podemos usar las gafas de ver la LUZ o la SOMBRA de los demás.

NOSOTROS DECIDIMOS... TU DECIDES.....



Dinámica de la “familia consciente”



**Escuela de Familias
CPEE “Ciudad de Toledo”
C/ RÍO FRESNEDOSO 16-18
Curso 2019 -2020**

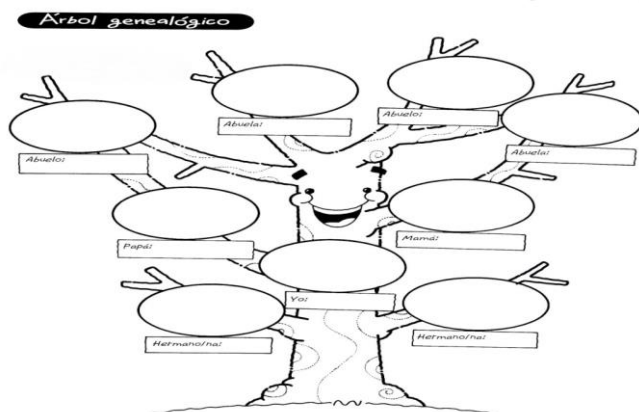


¿QUÉ ES UNA FAMILIA CONSCIENTE?

Cada familia es peculiar, como decía el científico E .Punset (en TVE 2- REDES) y de todos nuestros actos, el 90% es *inconsciente; proceden del “programa mental”* que tenemos grabados en el ADN desde nuestros antepasados (sea exceso o déficit). Nuestro pensar, sentir y actuar influyen (desde el embarazo), en el desarrollo del feto. ¡Demostrado por médicos y Psiquiatras conocidos como E.Rojas Marcos!

Todo es una cadena que viene desde los antepasados pero que se puede modificar. Así, por ejemplo, si en una familia los padres son obesos y los hijos son conscientes de los efectos negativos en la salud, trataran de mejorar sus hábitos de alimentación (para reparar ese “error”).

Ser conscientes supone aportar esas cualidades y dones (que actúan como “reparadores de errores”), para así armonizar la evolución de nuestra familia.



Ahora ¿Cómo hacemos esto?

IDEAS IMPORTANTES

1. En el **árbol genealógico** hay muchas pistas de cómo somos; estilos de personalidad, de actuación, profesiones, aficiones, tipo de inteligencia e incluso acontecimientos fechas que coinciden (en padres, madres, abuelo/as e incluso bisabuelos/as) .Ahí veremos “errores” enfermedades asociadas, fortalezas y cualidades, dones especiales, de todos y desde ahí podemos trabajarnos.
2. Si **reflexionamos antes de actuar**, analizamos lo que sentimos y canalizamos nuestras emociones, tendremos una respuesta más equilibrada: Ya lo dice el pedagogo J.A. Marina, *“Párate, respira y siente antes de actuar”: Reacciones rápidas errores seguros.*
3. Nuestros **hijos/as son nuestros espejos**, literalmente: Lo que te gusta de él está en ti y también lo que no te gusta; Mírate en ellos cuando quieras reconocerte y veras cada día algo sorprendente.
4. Y si *quieres sacar lo mejor de ellos, muéstrales lo mejor de ti, en cada momento, reconociendo tus errores y comprendiendo los suyos.*

¡Recuerda que estamos aprendiendo y es de sabios rectificar!