

# Revisando Nuestra Área Espiritual

**Dra. Sandra Azucena Murcia Rosas**  
**Neuropsicóloga**  
**Especialista en Gerencia de Empresas**  
**Máster en Cooperación Internacional**  
**Máster en Gestión y Dirección de Proyectos**

- **Cámara cerrada**
- **Micrófono cerrado**
- **Si entras tarde en silencio acomódate.**
- **Toma Notas**
- **Al final preguntas.**

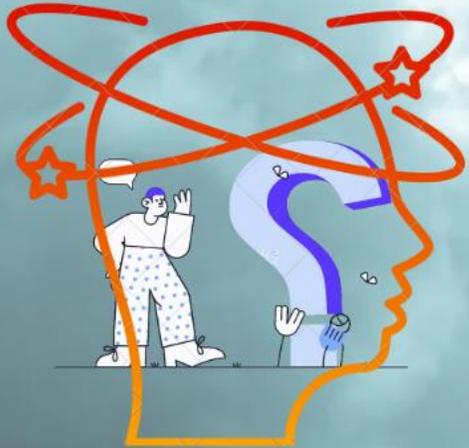
**Normas para estar  
en nuestra  
conferencia**

# ¿Qué entendemos por vida Espiritual?



¿Cómo buscamos su presencia?

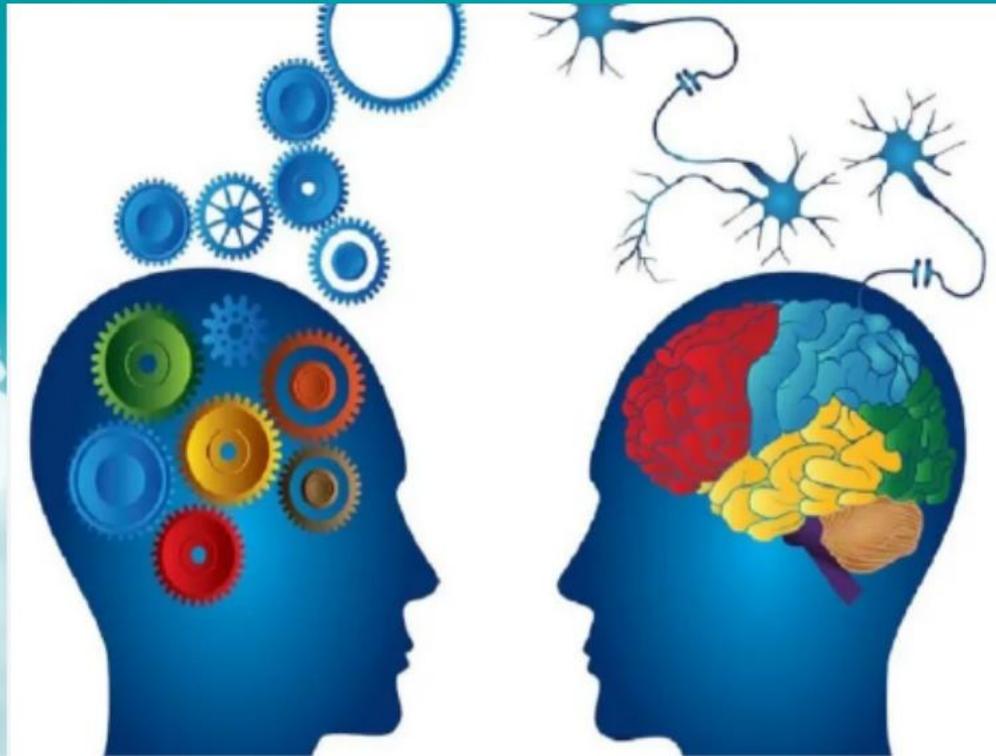
ABBA es espíritu



# ¿Qué nos impide llegar a él?

Sensación

Percepción



# ¿Qué es Sensación y Percepción?

**Sensación:** Es la recepción de estímulos por medios de los órganos de los sentidos por medios de los órganos de los sentidos.

Tenemos terminales nerviosas que envían señales al cuerpo de manera interna.

**Sensación**  
Recoge  
Información



**Percepción**  
procesa  
información

**Percepción:** Analiza y compara la información recibida de los sentidos. Interpretación de la sensación dándole significado. Implica una función psíquica, función cerebral, es el inicio del proceso cognitivo.

# ¿Qué es la percepción?

Es un proceso o actividad interna que realiza el sujeto

El cerebro desempeña funciones sensoriales motoras de integración y procesos específicos

Es un proceso neurológico que afecta los sentidos

Memoria

Lenguaje

Escritura

Respuesta Emocional

# ¿Qué es la percepción?

Percepción Auditiva:  
Es un prerequisite  
para la comunicación

Implica la capacidad  
de reconocer,  
discriminar e  
interpretar estímulos .

El proceso de percepción es  
una conducta psicológica  
que necesita atención,  
organización, discriminación  
y selección.

Está compuesto por:

- Conciencia
- Discriminación
- Asociación
- Memoria
- Combinación de sonidos  
que constituyen las palabras

# ¿Qué es la percepción?

El proceso de percepción visual:

La vista funciona como un sistema receptor relativamente pasivo:

en el que la **imagen de las formas** y de las cosas externas queda **grabada en la retina**, y luego sin modificaciones de ningún género se **transmite** primero a las formaciones ópticas subcorticales (**cuerpo geniculado externo**), y luego a las áreas occipitales de la corteza cerebral.



# ¿Qué es la percepción?

El proceso de percepción  
Kinestésica:

La percepción kinestésica es determinada a través de los movimientos del cuerpo y sentido muscular, peso y la posición de los diferentes segmentos corporales.

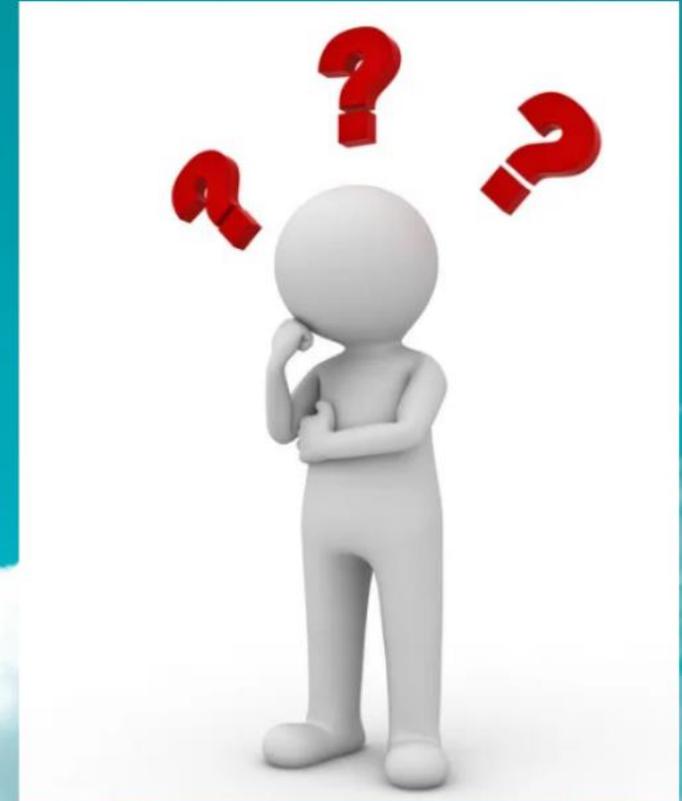
La percepción kinestésica orienta la ejecución de los movimientos del cuerpo, involucrando tanto los movimientos finos como los gruesos.

La conciencia de la posición tomada por las diferentes partes del cuerpo, sentidos corporales de contracción muscular, tenso y relajación.

Ejemplo una pelea

# ¿Qué nos tiene tan inquietos?

- Esquema de Creencias
- Cultura
- Costumbres
- Hábitos
- Entorno
- Pactos? "cuidado"
- ¿Compromiso a adquirir?
- ¿sabemos que hacer?
- ¿será lo correcto?



# ¿Cómo se impactan nuestras conductas cuando no logramos tener respuesta?

- Nervios
- Enojo
- Ansiedad
- Angustia
- Tristeza
- Discordias
- Enemistades
- División
- Incredulidad



**¿Cómo afecta a tu cerebro la vida espiritual?**



**¿Cuál es tu imaginario?**



¿cómo  
identificas si  
tienes  
ansiedad?

- No duermes bien
- Comes en modo automático
- Alteración del temperamento
- Estado de alerta
- Obesidad
- Diabetes
- Indecisión
- Desesperanza aprendida
- Conversar internamente de manera negativa.
- Levantarse una y otra vez sin saber que hacer.

## RED LÍMBICO CORTICAL



**Relación entre juicio, razón y las emociones, o sea la capacidad de reacción, los impulsos.**

## ANSIEDAD

La ansiedad es una mezcla de manifestaciones mentales y físicas que ponen al sujeto en un estado de alerta y tensión, causando en este una anticipación a los hechos que se pudieran llegar a dar. (Rosa Aurora Virues Elizondo, 2005)

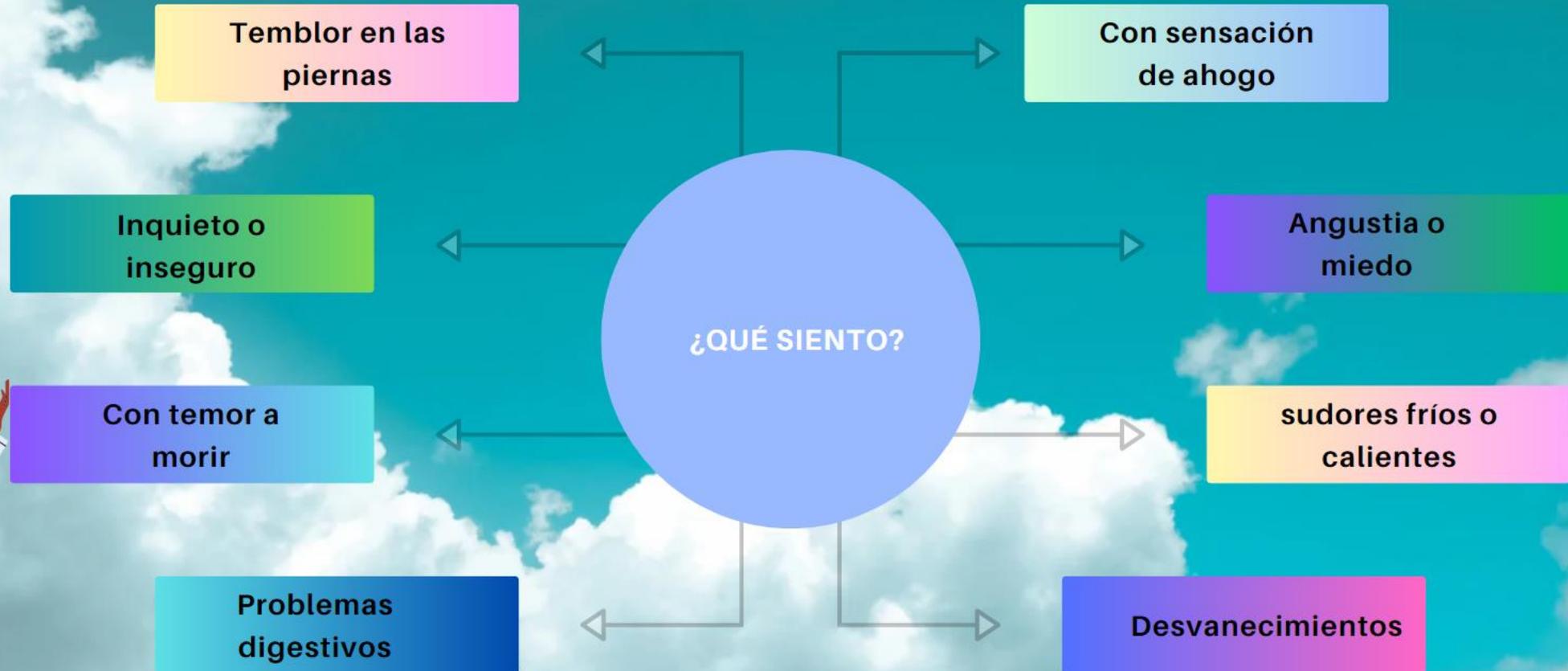


# La Amígdala

La excesiva sensación de miedo o angustia o preocupación inflama la amígdala envía señales constantes de peligro a la corteza prefrontal, se pierde el control de impulsos



# ¿COMO ME SIENTO?





Confió en los demás?

Grito a la gente

Suelo caer en excesos y darme atracones

Me divierto mucho

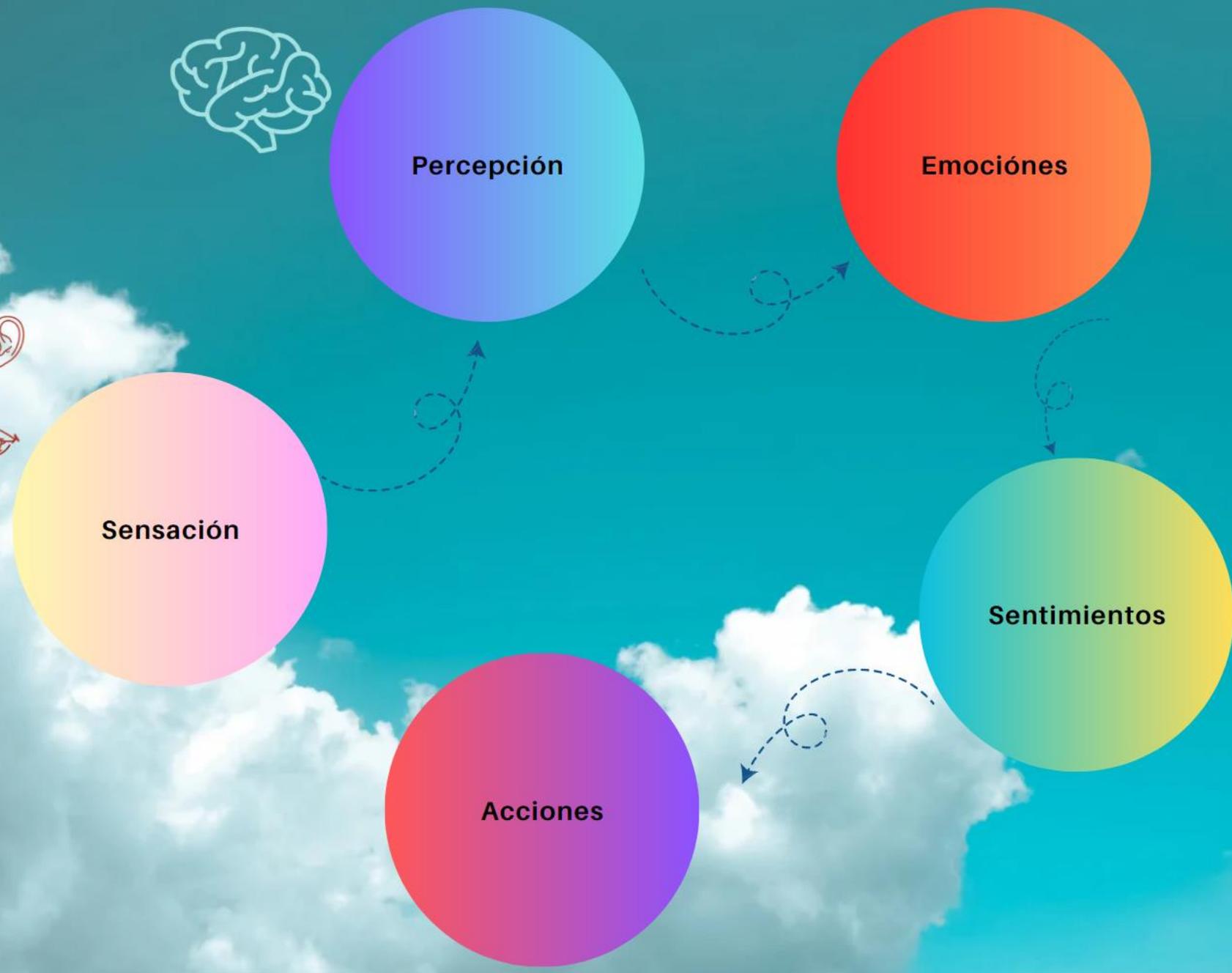
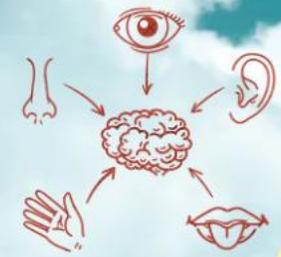
Me siento cómodo rodeado de gente

Me aprovecho de los demás

Prefiero limitarme a las cosas que conozco

Suelo precipitarme







# DIFERENTES FORMAS DE ENFRENTAR LA SITUACION

TERAPIA  
PSICOLÓGICA

ENCUENTRO  
PERSONAL CON  
DIOS

MEDITACIÓN

MINDFULNES

PROCESOS DE  
MEDITACIÓN



# En camino a despertar la conciencia

**DESPERTAR DE  
LA CONSCIENCIA**



# La Ley De La Correspondencia: Como Es Adentro Es Afuera. Como Es Arriba, Así Es Abajo

La Ley de la Correspondencia es uno de los principios fundamentales en el estudio de la filosofía hermética y espiritualidad.

Este principio sostiene que existe una correspondencia entre los planos físico, mental y espiritual, y que lo que ocurre en uno de estos planos tiene un reflejo en los otros

En otras palabras, *"Todo lo que sucede alrededor de una persona refleja lo que le está ocurriendo por dentro.* De acuerdo con lo que llevamos dentro, atraemos a personas y situaciones. Esto significa que *"Todo lo que nos ocurre, bueno o malo, está reflejando pautas de pensamiento guardadas en nuestra mente".*

# Orígenes de la Ley de la Correspondencia

La Ley de la Correspondencia es uno de los Siete Principios Herméticos, que se basan en las enseñanzas del antiguo Egipto y Grecia, pero que fueron formalizados en el "Kybalion", un libro publicado a principios del siglo XX que resume los principios herméticos.

Estos principios se centran en la idea de que el **universo es mental**, es decir, que todo en el universo es una manifestación de la mente universal.

## Principios del Hermetismo

Documento a principios del siglo XX

# ¿Cómo funciona la Ley?

## 3 planos

**El Plano Físico:** Este es el nivel material del universo, donde experimentamos la realidad a través de nuestros sentidos.

Lo que ocurre en este plano tiene su correspondencia en los planos mentales y espirituales.

**El Plano Mental:** Este plano se refiere a la esfera de la mente, donde se originan nuestros pensamientos, creencias y emociones. Nuestras percepciones y pensamientos en el plano físico tienen una correspondencia directa en este plano.

**El Plano Espiritual:** Este es el nivel más elevado de la existencia, donde se encuentra la conciencia universal o divina. Las leyes espirituales y las verdades eternas residen en este plano y se reflejan en los planos inferiores.

# Aplicaciones de la Ley de la Correspondencia

**Autoconocimiento:** La ley también se aplica al mundo interior. Al examinar nuestros patrones mentales y emocionales, podemos descubrir correspondencias entre nuestras creencias y nuestras experiencias de vida.

Esto nos permite realizar cambios positivos en nuestra vida.

**Relaciones Interpersonales:** La Ley de la Correspondencia sugiere que nuestras relaciones con los demás reflejan nuestras relaciones internas.

Al trabajar en nosotros mismos, podemos mejorar nuestras relaciones externas.

**Creación de la Realidad:** Según esta ley, nuestros pensamientos y creencias en el plano mental pueden influir en lo que experimentamos en el plano físico.

Al comprender y dirigir conscientemente nuestros pensamientos, podemos crear la realidad que deseamos.

**Desarrollo Espiritual:** Al comprender la correspondencia entre los planos, podemos buscar una mayor conexión con el plano espiritual, explorando cuestiones de significado y propósito en la vida.

# Conclusión

La Ley de la Correspondencia es una herramienta poderosa para comprender cómo funciona el universo y cómo podemos influir en él a través de nuestros pensamientos y creencias.

Al reconocer las correspondencias entre los planos físico, mental y espiritual, podemos cultivar un mayor autoconocimiento, tomar el control de nuestras vidas y buscar un mayor desarrollo espiritual.

En última instancia, esta ley nos recuerda que somos parte de un universo interconectado y que nuestras acciones y pensamientos tienen un impacto en todos los niveles de nuestra existencia.

**Como arriba, así abajo; como abajo, así arriba.**

A cosmic scene featuring a large, textured planet on the right and a smaller, reddish planet on the left. The background is a deep blue space filled with numerous stars and faint nebulae. The word "GRACIAS" is centered in white, bold, sans-serif font.

**GRACIAS**