

5.0

Comentarios (2)

Carolina Giraldo

Medellín, Colombia

Conferencista | Capacitador | Coach | Docente | Moderador | Panelista

País de residencia: Colombia

Nacionalidad: Colombia

Idiomas: Español, Francés, Inglés

Áreas de conocimiento

Programación Neurolingüistica, Educación, Bienestar, Coaching Ejecutivo, PNL, Transformación del Ser, Negociaciones con PNL, Maestría en PNL, Programación Mental, Coaching con PNL Avanzada, Amor Propia, Ley de atracción, Entrenadora de Amor y Vida.

Descripción del perfil

Conferencista Internacional, Consultora empresarial, Coach en PNL Avanzada y Entrenadora mental de Libremente. Fundadora de la escuela libremente y co-creadora del método Libremente. He encontrado en la PNL una herramienta versátil, rápida y altamente efectiva tanto en el ámbito de personas como en empresas. Esta herramienta la he combinado con la energía del amor, desde un sentido más alto para generar mejores y más efectivos resultados, al final a todos nos mueve el amor y la mente.

Conferencias, Cursos o Talleres

Taller Viaje al Samâdhi

Flexible

Esta es la oportunidad de transformar tu vida de manera permanente desde 4 perspectivas, El Despertar, El Amor, La Abundancia y La Espiritualidad. Tú tienes todo para alcanzar tus sueños dentro de ti. Sólo necesitas transformar tus creencias limitantes y despertar tu potencial. Te guiamos hacia esa transformación desde el amor, no desde el dolor porque lo que aprendemos desde el amor se queda para siempre en nosotros. Usando herramientas PNL, ley de atracción, meditación, y conexión espiritual, logramos tu transformación amorosa en cuatro pasos… Conócelos haciendo clic en cada uno. 1. Despegar del Samâdhi 2. Samâdhi del amor 3. Samâdhi de prosperidad y abundancia. 4. Samâdhi espiritual.

Coaching Personalizado - Virtual o Presencial

4 Horas o más

Tendrás 4 sesiones privadas, cada una de aproximadamente 1h30min, Carolina, tu entrenadora personal (coach PNL) te acompañará a cambiar paradigmas mentales y transformar los esquemas mentales para alcanzar esos objetivos propuestos. El Entrenamiento Personalizado es la oportunidad de profundizar en temas puntuales que quieras superar o metas personales que quieras alcanzar. Usando ejercicios de Programación Neurolingüística (PNL), la hipnosis, la ley de atracción y otras técnicas espirituales conseguirás esos cambios que necesitas para alcanzar tus objetivos.

Speech para el Éxito - Curso para hablar en público

4 Horas o más

TODOS tenemos la capacidad de hablar en público y llegar a las personas con nuestro mensaje, solo necesitamos algunas técnicas que permitan desarrollar esas habilidades. Aprende técnicas poderosas de la PNL para hablar en público y lograr captar la atención de los asistentes. Son técnicas sencillas que te permitirán hablar con fluidez, saber cómo dar tu mensaje y mantener a las personas interesadas en tu speech.

Certificación de Liderazgo con PNL

4 Horas o más

Como entrenadora en PNL me dedico a acompañar a otros y a guiarlos al cumplimiento de los retos que se proponen. He encontrado en la PNL una herramienta versátil, rápida y altamente efectiva tanto en el ámbito de personas como en empresas. Cuando aprendes a enfocar la mente, esta te da la paz y la felicidad que siempre has buscado, te ayuda a relacionarte mejor con los otros y, además, hace que tus retos se conviertan en oportunidades que puedes disfrutar y fácilmente alcanzar las metas que te has propuesto. Permíteme acompañar tu transformación.

Estudios

Seminario para ser feliz

Sociedad Internacional de PNL Avalado por el Dr. Richard Bandler

2018

Licensed coaching trainer

Sociedad Internacional de PNL Avalado por el Dr. Richard Bandler

2015

ThetaHealing Básico y Avanzado

Deva Sananda

2014

Trainer en PNL

Sociedad Internacional de PNL Avalado por el Dr. Richard Bandler

2012

Practitioner en PNL

Libremente S.A.S

2011

Master en PNL

Libremente S.A.S

2011

Guión Mental nivel 1 y 2

Dr. William Guerra

2007

Seminario “get the life you want”, Richard Bandler y John La Valle

Sociedad Internacional de PNL Avalado por el Dr. Richard Bandler

2006

Especialización en Logística Integral

Universidad de Antioquia

2005

Ingeniera Administradora

Escuela de Ingeniería de Antioquia

2003

Certificación Internacional Hipnosis Ericksoniana PNL tercera generación

Escuela Internacional de Coaching y PNL de Argentina

Medicina tradicional China

Escuela Neijing

Artículos

Cómo borrar un mal recuerdo con Programación Neurolingüística

Para saber cómo borrar un mal recuerdo del pasado con PNL en dos minutos, debes tener en cuenta que, tu mente es programable, que tú no eres tu mente, que no eres tus pensamientos, que puedes programar tu mente y decirle en qué pensar. Cambiando la percepción del evento Para iniciar este ejercicio de borrar un mal recuerdo, lo que debes hacer, es cambiar la percepción que tienes de ese evento, no puedes cambiar lo que ya pasó, no puedes cambiar cómo te sentiste en ese momento, pero, sí puedes cambiar la manera en que lo recuerdas. Este ejercicio es muy sencillo, escoge un lugar donde puedas sentarte con tu columna vertebral derecha y donde puedas cerrar tus ojos por un momento. Borrando un mal recuerdo con PNL Paso 1: Cierra tus ojos y entra al cine Imagina que estás en una gran sala de cine y, en esa sala, estás sentado en primera fila, observando una película y, esa película, es ese mal recuerdo. Rápidamente te vas a pasar para la última fila del cine y sigue observando ese recuerdo. Paso 2: Bajando el volúmen Ahora, pásate para el puesto del proyector y te observas a ti mismo/a observando esa pantalla, y desde allí, vas bajando el volumen, empiezas a oscurecer esa pantalla, y a ponerla muy pequeña, cada vez más, hasta que elijas la manera de cómo destruirla. Cuando sepas cómo hacerlo, cuenta hasta 3 y la destruyes. Paso 3: Reemplazando por recuerdo positivo Luego de destruirla, sale una nueva pantalla, muy grande y en esa pantalla, sale algo que te guste, un recuerdo que te guste mucho, o, algo que esté pasando en tu vida que sea muy importante para ti. Obsérvalo, ponle más color, súbele el volumen. Desde el proyector, te unes a ti mismo en la última fila de cine. Luego, pásate para la primera fila y ahora, encuentra la manera de meterte en esa pantalla e incorporarte con ese recuerdo, y siente todo eso que sientes, mira todo eso que miras, y escucha todo eso que escuchas. Con esa nueva sensación, respira profundo, ahora piensa en ese recuerdo, y verás que es más difícil llegar a él. Si necesitas hacerlo más veces, puedes repetirlo. ¡Tú también puedes ser un Programador en PNL! Este ejercicio y muchos más, te los enseñaremos en el Diplomado de Programación Neurolingüística, donde aprenderás a reprogramar todas esas situaciones del pasado que ya no quieres, a cambiar tu vida, porque tener el estilo de vida que quieres, y lo que quieres, es posible. ¡Hazlo ahora! ¿Sabes también cómo puedes potenciar tus habilidades en solo 21 días? Si, así es como lo lees. En Libremente desarrollamos un curso dónde aprenderás a lograr tus objetivos en 4 áreas específicas: el amor, la

espiritualidad, la prosperidad, la abundancia y la salud. ¿Qué estás esperando para vivir estos 21 días para transformar tu vida?

https://youtu.be/uABFhrXs9kM

Cuáles son los métodos de la ley de atracción

Hoy quiero contarte sobre la ley de atracción y cómo no somos conscientes de cómo es que esta ley funciona y cuál es el método para poder atraer a nuestra vida lo que queremos. En este artículo te compartimos para qué sirve la ley de atracción y ¿cuáles son los métodos de la ley de atracción? Seres vibrantes que atraen La ley de atracción es la oportunidad perfecta que nos da la vida para poder experimentar esas cosas que queremos vivir y dónde las queremos vivir. Nosotros venimos a vivir experiencias a esta vida terrenal mientras aprendemos lo que es el amor, a vivir en felicidad y, por eso, podemos elegir si queremos vivir esas situaciones desde la felicidad, desde la alegría o desde la tristeza, llegando al amor y eventualmente a la felicidad. Podemos pasar toda esta vida tratando de estar bien o podemos empezar a experimentar la felicidad y el amor desde hoy, esa es la finalidad de Libremente. Con nuestro Método Libremente, puedas experimentar más rápidamente el amor y la felicidad en tu vida, de modo que puedas crear tu vida desde ahí: la felicidad, el amor y la alegría. Por eso te quiero compartir dos metodologías que la Ley de Atracción utiliza para crear tu vida. Método 1: Atraes donde pones tu atención ¿Qué quiere decir esto? Nuestra mente posibilitadora utiliza el poder de la ley de atracción y hace que todo lo que tú hagas con tu mente tome esa información para crear tu vida. Así que, si te estás centrando en este momento en alguien que está feliz, que está pasando por un buen momento, entonces tú dices: «estoy centrando mi atención ahí», tu mente y la ley de atracción ven lo que quieres empezar a vivir, lo que hará que atraiga ese pensamiento a tu vida. De pronto, te ha pasado en algún momento que lees algo o te atraes por algún tema, y empiezas a ver en otras partes lo mismo o alguien te menciona cosas similares al tema que te interesó, y es porque centraste tu atención ahí, empiezas a atraer situaciones a tu vida, donde empiezas a experimentar esas situaciones que quieres vivir. La ley de atracción, ¿es positivo o negativo? La ley de atracción no determina si algo es positivo o negativo para ti, sino que simplemente lo atrae a tu vida. Así que, cuando centras tu atención en cosas que no te hacen sentir bien, ya sea una enfermedad, un accidente o cosas que no quieres vivir. La ley de atracción funciona, experiencias cercanas o una experiencia parecida a tu vida, son parte del destino para que tu puedas decidir si quieres seguir viviendo esa experiencia o no. Todo esto pasa en positivo y en negativo porque para la ley de atracción, para el mundo y el universo, todo es positivo, todo sí o sí te va a llevar a algo mayor, a evolucionar y a vivir el amor en algún momento, no importa cómo lo vivas. En este punto, vale la pena que utilices esta metodología para decidir conscientemente lo qué quieres vivir en tu experiencia de vida. Si te centras en lo positivo, vas a traer cosas positivas. Si te centras en lo negativo, vas a traer cosas negativas. Así que vale la pena empezar a revisar cómo quiero vivirlo, qué es lo que quiero empezar a vivir en mi vida y cómo que quiero experimentar estas situaciones. ¿Quiero empezar a experimentarlas desde el amor, la alegría o la felicidad? ó ¿Quiero experimentarlas desde la tristeza o el resentimiento? Porque todo esto lo puedes elegir desde tu conciencia para que después la Ley de Atracción lo atraiga a tu vida. En este punto, es importante centrarte en esas cosas positivas que quieres vivir, y no en lo negativo. Así que elimina todo lo que no quieres vivir en tu vida, elimina esas películas de dramas, tristeza, de muertes y demás que no quieres vivir, porque esas cosas las toma tu cerebro, para crear tu propia realidad. Método 2: Atraes lo que eres En este punto, algunas personas dicen atraes lo que eres. Lo que eres es muy amplio: amor, alegría, felicidad y en otros momentos: tristeza, entusiasmo o desmotivación. Entonces, vamos a acortar el término para decir: atraes la vibración que tienes y desde dónde estás vibrando en tu vida. Eso que eres hace parte del mundo exterior y el mundo interior. Dentro de nuestro mundo interior, hay un montón de creencias que hacen que nuestra realidad vibre de determinada manera. Cuando tú crees que algo es posible, entonces atraes eso a tu vida, al igual que cuando tú crees que algo es imposible, atraes eso a tu vida. Por eso es importante empezar a mirar: ¿cómo estás atrayendo a tu vida esas creencias que pones en tu mente? ¿Qué son las creencias y por qué son relevantes? Son programas mentales inconscientes que pones en tu mente. Esto quiere decir que no somos conscientes de lo que está programado pues ya ha sido programado a través del tiempo, de lo que hemos escuchado, visto, vivido y de las situaciones que también captamos de nuestro exterior. Cuando captamos una información de nuestro exterior, nosotros decidimos inconscientemente si eso es bueno o malo, si lo quiero repetir o no, y muchas veces no somos conscientes que todo eso viene de adentro, sino que creemos que es de afuera. Y cuando se toman decisiones de afuera, decides nunca más volver a vivir riqueza, porque a alguien ya le fue mal y entonces yo deseas vivirlo. No nos damos cuenta que, inconscientemente hay un programa que está decidiendo cómo vivir la riqueza. Entonces no es que esto sea bueno o malo, lo que pasa es que tu programa inconsciente ha decidido vivir la riqueza de manera negativa y por eso a decidido que no la quiere experimentar. Darnos cuenta, ser consientes y crecer a nivel personal de consciencia significa que hacernos conscientes de esos programas inconscientes para reprogramarlos, reformularlos y hacer que la ley de atracción funcione como tú quieres que funcione. Entonces, ¿Qué pasa con todo esto en el día a día? A veces, eres muy consciente y quieres muchas cosas, y si no trabajas las creencias, vas a tener que hacer eso todo el tiempo para asegurarte de que las cosas que quieres lleguen a tu vida. En cambio, si trabajas en tus creencias, en esos programas mentales, puedes hacerlo automáticamente. Puedes empezar a ser consciente de que quieres, reprogramar esos programas y hacer que esos programas sean cada vez más positivos, de modo que la ley de atracción utilice esos programas y atraiga a tu vida lo que realmente quieres vivir. Este segundo paso es una forma inconsciente y automática en la que vives tu realidad, pero no es que así tenga que ser. El trabajo de nosotros como seres conscientes y seres en crecimiento es hacer consciente lo inconsciente, para que después eso consciente que quieres programar se guarde en el inconsciente. El trabajo con creencias es muy importante, porque empiezas a cambiar esos programas mentales, que automáticamente atraen situaciones a tu vida para que atraigan esas situaciones que realmente quieres vivir, para que tengas esa vida de la que quieres disfrutar. En este segundo método, es muy importante que hagas este trabajo y te preguntes: ¿Qué estoy pensando con respeto al amor, el dinero, la espiritualidad y con respecto a mí mismo? y ¿Cómo empiezo a cambiar y a traducir esos programas? Para que la ley de atracción funcione como tú quieres que funcione. La Ley de Atracción, un regalo maravilloso La ley de atracción es un regalo maravilloso que tenemos todos los seres humanos para crear la vida que queremos, también tenemos todas las capacidades y habilidades, existiendo también metodologías y métodos para que esto funcione a tu favor, para que puedas atraer la vida que quieres. Si quieres profundizar en este tema, te invito a trabajar tus creencias en el Viaje al Samâdhi, en este viaje lograremos que toda esa información que está grabada en tu mente

consciente e inconsciente se haga de una manera más evidente, de modo que puedas transformar esos programas mentales a lo que hoy quieres vivir, lo que tu evolución, tu conciencia y lo que te está pidiendo hoy la vida.

https://youtu.be/cpjAAaaYQUw

Superar los miedos para vivir tu presente

Hoy quiero contarte que en este momento existen muchas medidas para proteger nuestro cuerpo físico, pero no para nuestra salud mental. Tu cuerpo es uno solo, por eso es tan importante aprender a manejar tu mente y así superar los miedos para vivir tu presente. Cuando nosotros estamos o nos sentimos en positivo, nuestra mente funciona mejor en todos los sentidos. Sin embargo, cuando entramos en pánico, la mente activa la adrenalina que suprime otras funciones del cuerpo para que tengas la energía de correr por aquello que te genera miedo. Ahora, ¿te gustaría vivir con ello sabiendo que todo es producto del estrés y que este se puede superar? La superación está en ti, en tu mente. La mente no puede dirigir tu vida, necesita que tú, como ser amoroso y consciente, dirija cuáles pensamientos quieres mantener para manejar el estrés y la tranquilidad. Recuerda que eres un Ser Ilimitado y todo el tiempo estás creando tu realidad. Así que, es momento de que construyas tu vida en positivo y por fin superar los miedos para vivir el presente, ¡Si se puede! Nosotros te ayudamos. Queremos ser sus mentores, tus guías y tus programadores para convertirte en un ser ilimitado. Te ayudaremos a programar una nueva plataforma en la cual puedas interpretar el mundo desde una perspectiva más amplía y de esta manera lo que deseas en tu vida. Haz clic aquí para toda tener la información: https://soylibremente.com/membresia-seres-ilimitados/ ¡Un paso a la vez! Una mente positiva y valiente frente a cualquier situación es ideal para enfrentar el

futuro. Compartimos contigo este video con frases programacionales para superar el miedo y el pánico de nuestra vida.

https://youtu.be/NajaIFkjwDs

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/ana-carolina-giraldo