



¿ES CULPA O ES VERGÜENZA?

VENENO	CULPA	VERGÜENZA
¿Qué es este veneno?	Fallar ante un ideal	No alcanzar suficiente valor
¿Cómo vivo?	En deuda por lo que hice mal	En déficit por no tener valor
¿Qué me digo?	“He fallado / He fracasado / He roto algo”	“No valgo / No soy suficiente / No soy importante / No soy querible en X”
¿Cómo me siento?	Manos manchadas por aquello	Yo estoy manchado por dentro
¿Qué me hago?	Me castigo	No me doy nada
Personaje	Elsa de Frozen 1.0 	Mirabel de Encanto 1.0 
ANTÍDOTO	APRENDIZAJE	CREATIVIDAD
¿De qué va este antídoto?	Aprender poco a poco con la inspiración de ese ideal	Disponer del valor de mi esencia auténtica
¿Cómo vivo?	Veo beneficio en cada experiencia	Siento superávit por emanar valor
¿Qué me digo?	“Estoy aprendiendo / Me respeto / Soy digno”	“Me valoro / Yo valgo / Soy suficiente / Soy importante”
¿Cómo me siento?	Soy un aprendiz digno en prácticas eternas	Mi esencia genuina es inmanchable
¿Qué me hago?	Me regalo experiencias	Me puedo mostrar, me doy al mundo
¿QUÉ BUSCABA ENTONCES CADA “VENENO”?	GENERAR NUEVAS IDEAS, APRENDER → La culpa simplemente no puede existir donde hay una actitud de aprendiz	DESPERTAR VALOR LATENTE, CREAR → La vergüenza simplemente no puede existir donde hay una actitud de entregar valor
¿QUÉ ME DIGO PARA TRANSFORMAR EL VENENO?	<i>“Soy digno y por eso puedo aprender cuando fallo”</i>	<i>“Soy suficiente y por eso puedo mostrarme”</i>
¿QUÉ ME DIGO PARA PONER A TRABAJAR A LOS ANTÍDOTOS EN EQUIPO?	<i>“Aunque soy solo una persona dentro de un plan mayor, soy digno y apporto un valor propio, y por eso tengo potencial para crear una realidad nueva en este campo de mi vida”</i> BENEFICIOS + SUPERÁVIT = RE-INVIERTO EN MI	
Personaje	Elsa de Frozen 2.0 	Mirabel de Encanto 2.0 