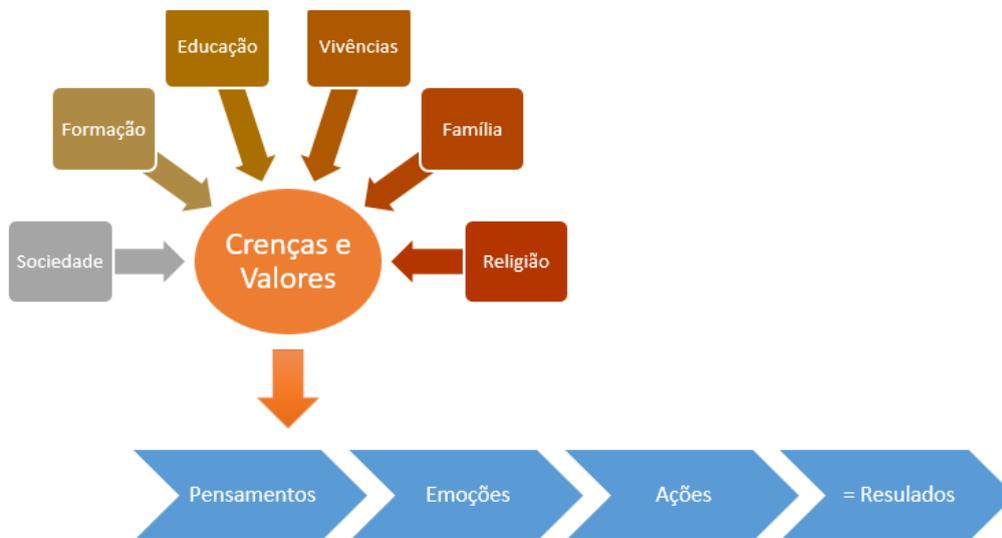


Como construímos nossas representações da realidade



O que são crenças?

- 1 Ato ou efeito de crer.
- 2 Conjunto de ideias religiosas compartilhadas por muitas pessoas; fé religiosa; convicção, credo.
- 3 Pensamento que se acredita ser verdadeiro ou seguro; certeza, confiança, segurança: *Tenho a crença de que esses problemas serão resolvidos em breve.*
- 4 Convicção sobre a verdade de alguma afirmação ou sobre a realidade de algum ser, coisa ou fenômeno, especialmente quando não há provas conclusivas ou confirmação racional daquilo em que se acredita: *Crença no sobrenatural. Tem uma crença inabalável em cartomantes.*
- 5 Conjunto de princípios ou doutrinas religiosas ou místicas que têm valor de verdade para seus seguidores (uso mais comum no plural): *Crenças secretas. Crenças cabalísticas.*
- 6 O objeto de uma crença: *O dinheiro era a sua verdadeira crença. Tinha no avô seu modelo de integridade, sua crença.*



**O quê + Por quê + Repetição + Intimidade = Crença.
Semânticas & vivenciais**

MUDE SUA CRENÇA LIMITANTE

- Quais são as crenças que estão te limitando no dia de hoje?
- OU
- Quais são as crenças que estão limitando seu objetivo?

- Quais acontecimentos que você tem vivido que fazem você pensar desse modo?
- Quais fatos provam isso como verdade?

- Aos olhos de outra pessoa isto parece de modo diferente?

Atrás disso há a seguinte intenção positiva:
Qual?

Há outras possibilidades para isso?
Quais?

Tendo isso o que você pensaria? Por quê?

Já teve um tempo em que você pensou e se sentiu assim?
Qual?

- Vivencie este momento, sentindo isso.
- Imagina o momento futuro, tendo isso.
- Pega a parte futura e leva para a parte passada.