



OCTAVO CÍRCULO

EL HOMBRE Y SUS SECRETOS

"DEBILIDADES, ADICCIONES Y TODO LO QUE NO QUEREMOS VER"
— OR ILAN —





OR·ILAN



OCTAVO CÍRCULO DE TRANSFORMACIÓN DE HOMBRES QUE DESPIERTAN (PARA TRANSFORMACIÓN PERSONAL O PARA GUIAR UN CÍRCULO)

EL HOMBRE Y SUS SECRETOS

.DEBILIDADES, ADICCIONES Y TODO LO QUE NO QUEREMOS VER

“Con la valentía de enfrentar nuestros miedos, damos cuenta que nuestro peor enemigo siempre fuimos nosotros mismos. El esfuerzo de ocultar nuestros secretos es una falta de aceptación y amor propio”

- Or Ilan - Creador de los círculos de transformación

Introducción al tema: Todos tenemos secretos esta es la verdad. Hay cosas que no queremos que los demás sepan. Hay cosas que reprimimos y preferimos poner en nuestro pasado y olvidar que ocurrieron. Hay cosas que nos dan pena y vergüenza. Pero mantener muchos secretos se convierte en vivir de una forma falsa, de no aceptar lo que eres y no asumir responsabilidad.

Al mantener muchos secretos el hombre se acostumbró mantener una máscara falsa y mostrarla al mundo para mantener su imagen. Esta imagen falsa es el ego.

¿Que secretos tienes tu? ¿En qué forma tu prefieres no mostrar tu debilidad o tus errores?
¿Que vicios ocultos tienes?

Nosotros somos seres energéticos, seres de energía. Solo que esta energía vital es una energía limitada. Todo lo que hacemos ocupa energía y al fin podemos quedar con menos energía vital. Lo que tenemos que dar cuenta que: la energía que ocupamos en mantener una imagen falsa, es la que ocupamos en guardar secretos, en tener armadura para no sentir, es energía vital que no está para ser lo que somos, para brillar, para descubrir nuestra naturaleza real.

Carlos Castañeda nos enseñó que se toma la misma energía para hacernos miserables como hacernos sentir bien. La energía que ocupa nuestros secretos no nos deja ser libres. Los secretos contienen energía que no es libre. Los secretos son como bloqueos energéticos.

Solo cuando la conciencia pone luz a estos espacios podemos liberar esta energía.

La mejor manera de liberar esta energía es hablar de las cosas y revelarlas. Cuando logro hablar de lo que quiero ocultar estoy moviendo la energía y en este sentido estoy atrayendo cambio a mi vida. Hay que entender que muchos de estos secretos no son conscientes y son cosas que estamos ocultando también de nosotros mismos.

Por ejemplo muchos hombres no siguen su palabra de fidelidad que tienen con su parejas y son infieles, ellos prefieren no enfrentar la realidad y no contar ni hablar de esto. Pero lo que no se habla se actúa y estas falsedades tienen repercusiones que se manifiestan en diferentes formas. Muchos hombres tratan de mantener la máscara de fuertes, de que las cosas no les afecta y no les toca. El pensamiento aquí es que si no muestro mi dolor, si no

hombresquedespiertan@gmail.com

www.mujeresquedespiertan.com/hombres



OR·ILAN



revelo mi vulnerabilidad estoy protegido, estoy más fuerte. Pero la verdad es que solo estoy manteniendo mi debilidad.

La oportunidad de este círculo de Hombres que despiertan es que juntos podrias dar cuenta que no es necesario guardar tanto, que en el espacio de aceptación que generamos juntos puedes darte cuenta que no estas solo, que el otro te puede aceptar y sostener. Que puedes confiar y contar lo que te pesa y así con ayuda del otro traer la luz de la conciencia a tu vida. Tener más energía disponible que te permite acelerar tu despertar de conciencia. Para esto estamos aquí para apoyarnos el uno al otro a despertar, esta es la cosa mas linda de los círculos de hombres que despiertan.

"Los secretos son como demonios que te comen desde adentro, cuando los sacas desaparecen y no tienen más poder sobre tí"

*Recuerda que este programa de transformación, es un programa enfocado en la transformación de tu ser. Te aconsejamos que lo hagas en ti, que reflexiones sobre el tema tratado, que te respondas las preguntas, y que una vez hecho, si te nace, cojas el impulso para hacerlo con tus demás hermanos. Las instrucciones generales de cómo manejar los círculos de Hombres que despiertan puedes encontrarlas en la convocatoria que está en nuestra página.

*Acuérdate que el plan es solo para ayudarte y darte ideas, lo más importante es que confies en tu intuición.

ESTRUCTURA PARA GUIAR CÍRCULO O PARA TU PROCESO

(Si no tienes un círculo te recomendamos tomar el tiempo de escribir tu estas preguntas en tu agenda o bitácora de transformación, y además, encontrar un amigo con cual puedes compartir las respuestas)

Círculo de Nombres - Abrir el círculo con una presentación, diciendo el nombre y.1
.así propiciar para que en el círculo cada quien se presente

2. Abrir el Círculo de palabra – EL HOMBRE Y SUS SECRETOS

Preguntas guía (si no tienes círculo te recomiendo tomar el tiempo de escribir tu respuesta a estas preguntas e encontrar un amigo con cual puedes compartir las respuestas):

- ❖ ¿Qué secretos mantienen hombres en general y porque?
- ❖ ¿En qué forma estoy manteniendo una imagen falsa en mi vida?
- ❖ ¿Qué estoy ocultando de las personas que me rodean? y por que? Que gano al ocultarlo?

hombresquedespiertan@gmail.com

www.mujeresquedespiertan.com/hombres



OR·ILAN



- ❖ ¿Que secretos tienes que podrías revelar ahora? Mira si puedes contar algo que nunca lo has contado a nadie.
- ❖ ¿Qué es lo que te da pena o vergüenza de ti mismo?
- ❖ ¿Quién podrías ser si no tienes secretos? ¿qué podríamos ser los hombres sin nuestros secretos?

3. Séptimo reto para los círculos de palabra o para tu proceso personal:

Para mantener la llama del despertar viva, les invitamos a generar un grupo en redes sociales en cual pueden estar en contacto, para compartir y trabajar juntos. *(Para esto funciona muy bien un grupo de Whatsapp pero quien quiera otra red sirve.)*

El reto de la sinceridad: (Esto es un reto personal que es recomendable mantener y asumir si estas partes de círculos de hombres que despiertan o si lo estás haciendo como un reto personal.)

Siéntate con un cuaderno y haz un lista de todos los secretos que tienes y de los que no son tuyos. Escoge algunos de estos y decide a quien debes contárselos. La recomendación es que cuentes los que te parecen lo mas fuertes de revelar pero si te hace difícil empiezas con los más fáciles. Ponte consciente de que sientes después de revelar tu secreto.

4. CIERRE DEL CÍRCULO : Cada uno puede decir una reflexión, motivación o emoción resumiéndola en una palabra que queda en su corazón al haber participado en el círculo.

5. Compartir comida y elementos: La comida une, y es lindo pedir que cada uno lleve algo para compartir con todos. *(recomendable enfocar en comida ligera, vegana sin mucho azúcar blanco -este tipo de dieta soporta el trabajo consciente que hacemos).*

** No olvides, por favor, compartir las experiencias que tienes en nuestras redes de HQD, junto con las fotos de tus encuentros. Además, queremos recordarte que estamos aquí para apoyarte. No estás solo, y te acompañamos en esta revolución de la consciencia. Contáctanos si tienes dudas.*

CRÉDITOS



LAURA MORENO

Fundadora y Directora de
MQD y HQD



OR ILAN

Creador del programa de
transformación
www.mentorilan.com



NELSON AMEZQUITA

Diseño gráfico y
publicidad



CARLOS HERNANDEZ

Revisión de guiones



NATALYA MUÑOZ

Asistente General



JOHN HOME

Traducción al Inglés



BRAHYAM MOSQUERA

Coordinación General

CON EL APOYO DE:

