



Autoayuda
versus
Transformación

LA AUTOAYUDA COMO PRIMEROS PASOS

En aquella época en que me inquietaba hacer algo más que trabajar, tenía pocas amistades y muchos deseos de aprender más sobre disciplinas inherentes al desarrollo del Ser Humano.

Lejos de leer novelas de Amor, terror o suspenso, lo que más me interesaba era la lectura de temas relacionados con la parapsicología, el autoconocimiento, el control mental y, más que nada, los libros de Autoayuda, pues encontraba en ellos un espacio para reflexionar, para sentir que estaba haciendo algo para Mí misma, que podría ayudarme a nutrir mi SER.

Solo que, en esa etapa, sin darme cuenta, todo lo que leía, se quedaba bastante en lo teórico.

Probablemente, porque no contaba con alguien que pudiera guiarme, orientarme. Tampoco era como ahora, que todo lo podemos buscar en internet.

Para ese entonces, no existía Youtube ni las redes que hay actualmente, te estoy hablando de hace muchos años atrás.

Quizás ahora no resulte tan sencillo imaginar cómo era el mundo sin redes, sin conexiones virtuales, sin un buscador en la web que te lo informa todo.

Reconozco que todos los libros que leí me han dejado algo aprendido, me han enriquecido, pero ninguno de ellos me generó la transformación que estaba necesitando.

Así, mi búsqueda seguía, acumulando libros y transitando momentos de reflexión que solo quedaban en la superficie, no porque los libros no fueran buenos, sino porque los leía sin ser protagonista.

Claro que considero que leer libros de Autoayuda, contribuyó en mi etapa de crecimiento, cuando para mí no existía la disciplina del Coaching Ontológico.

Tampoco nadie, absolutamente en ningún medio, hablaba, por aquellos tiempos, de esta valiosa disciplina, con lo cual, fue una especie de etapa de preparación, para lo que se vendría después.

En aquellos años, no era solo que no se tenía acceso a este tipo de información, tampoco sabíamos sobre la enorme variedad de disciplinas que vemos hoy en día.

Lo más “especial” que había encontrado, fue un curso de Control Mental del método Silva.

Y como eran enseñanzas totalmente fuera de lo común, sólo las podía compartir con mi amiga de la infancia, Graciela, la única persona que, en ese entonces, comprendía y compartía mis inquietudes.

Así es que haber hecho aquel curso sobre el método Silva, más todos los libros que capturaban mi interés relacionado con la Autoayuda, fueron mis primeros pasos en mi camino de autoconocimiento.

A la distancia, aunque sé que Todo es Perfecto, pienso que me hubiera gustado haber tenido algún atajo, un camino más corto, una manera de haber sabido cómo ejercitar en aquella etapa lo que iba captando, o alguien que me guíe.

Para conocernos más, se requiere el atrevernos a sentirnos Protagonistas de Nuestras Vidas.

Ser Protagonista, nos permite asimilar nuestra evolución de manera más práctica.

Saber Ser Protagonista... ¡Es el impulso ideal hacia la transformación!

¿CÓMO SE HACER PARA “SER PROTAGONISTA”?

*“Para Ser Protagonista, lo primero
que se requiere es:
tener ganas de moverse del sillón
de la comodidad”.*

La decisión de querer movernos comienza con un pensamiento, que debería ser acompañado por alguna acción acorde.

Sabemos que no sirve dejar que esa decisión se quede en nuestra mente, sin hacer nada.

Tampoco se trata de empezar a “dar manotazos de ahogado”, como decimos en Argentina, así lo describimos cuando alguien sin pensar mucho, empieza a hacer una u otra cosa, sin enfoque, sin asertividad.

Elegir supone clasificar y valorar diferentes posibilidades.

Decidir, supone confirmar la elección teniendo en cuenta las consecuencias y de acuerdo con ello, tomar acción. Ante algunas situaciones, elegir no es fácil, pero es muy bueno tenerlo como posibilidad.

¿Por qué? Porque significa que hay opciones y que, cuando elegimos, decidimos y actuamos, somos protagonistas de nuestros días.

Muchas veces, vivimos en piloto automático, porque dejamos que este camino nos lleve a la rutina, ya sea por comodidad, porque sabemos cómo desempeñarnos en ello y de alguna manera lo controlamos o porque quizás sea lo más fácil, y por tanto, lo sentimos con menos riesgos y menos miedos.

Pero en este trayecto, podemos volvernos meros espectadores, viendo cómo pasa la vida sin intervenir en ella, postergando objetivos y sueños, esperando que nos sorprenda, sin hacer que algo más suceda.

Este camino de espectador, no nos lleva al destino que queremos o soñamos aunque sea más fácil, menos riesgoso y sin dificultad.

Hay diferentes actitudes que podemos elegir ante las situaciones que se nos presentan, y cada una de ellas puesta en acción, tiene sus consecuencias respecto de los logros que deseamos alcanzar.

¿ERES ESPECTADOR DE TU VIDA O ERES PROTAGONISTA DE ELLA?

Siendo espectador, nos pasamos mirando cómo transcurre la vida sin hacer cambios propios.

Quizás lo hacemos viendo cómo otras personas logran sus sueños, hasta juzgando sus decisiones y, también, encontrando culpables en el afuera “en este país no se puede”, “me criaron así”, “a esta edad ya no es posible”, “la situación económica”, “mi pareja duda de mí”, y muchos etcéteras más.

Buscamos excusas que nos permitan justificar los “por qué”, sin hacernos cargo de nuestra vida y de nuestras decisiones.

En cambio, siendo protagonistas, somos quienes elegimos entre las opciones y decidimos las acciones a realizar para alcanzar aquello que deseamos.

Siendo actores principales, nos comprometemos con el logro de nuestros objetivos.

El protagonista se juega por sus sueños, busca hacer lo que desea. El protagonista elige, decide, toma acción, arriesga y actúa a sabiendas de que esas acciones pueden llevarlo o no al resultado esperado, pero si no lo hacen, no se detiene, no se tira atrás, evalúa el aprendizaje obtenido, se vale de esa experiencia, reformula y sigue hacia adelante.

Siendo espectadores, es difícil que nos hagamos cargo de las

elecciones, decisiones y acciones para convertirnos en lo que queremos Ser.

La manera de alcanzar tus sueños, de lograr cambios en Ti mismo, es eligiendo y decidiendo de forma comprometida y honesta contigo. Sólo así, conseguirás ser el protagonista de tu vida.

VIVIR O EXISTIR: ESTA ES LA CUESTIÓN

Decía Oscar Wilde: "Vivir es una de las cosas más raras del mundo, ya que muchas personas tan solo existen".

Cuando vives, tomas conciencia de Ti mismo como la persona más importante de tu vida.

Significa empezar a tomarte en cuenta y a darte permiso para decidir sobre todo lo que atañe a tu vida.

Significa ponerte en acción para conseguir lo que deseas, para vivir más plenamente.

Ser protagonista de tu vida, significa comprometerte contigo mismo, decir «no» cuando quieres decir "no" y hacer lo necesario para sentirte libre y en coherencia con tus valores.

◆ REFLEXIÓN EN LA ACCIÓN: PARADA 4 DEL VIAJE

Ahora, te pido que respires profundo y muevas tu cuerpo. Sácudete para iniciar este espacio de auto-observación, en esta parada de relajación.

La primera clave para ser protagonista de TU Vida es:

Sintonizar tu brújula. Sí, piensa en cuáles son los valores que te mueven y cuáles son las cosas importantes para Ti.

Haz una lista con ellos, imagina personajes importantes que te han impactado, revisa qué valores te transmitían y si coinciden con aquellos que para Ti son importantes.

Una vez que los tengas claros, es necesario que te hagas una serie de preguntas:

- ¿Hasta qué punto estos valores que para Ti son importantes, están presentes en Tu vida?
- Hay dos formas de encarar la vida: víctima o protagonista. ¿Cuál es la Tuya?
- ¿Cómo la ejercitas en tu experiencia cotidiana?

En cualquier campo de la existencia, todo lo que generamos en términos de resultados, es parte de un proceso, como aprender, relacionarnos, probar, ensayar alternativas, flexibilizar las creencias y paradigmas, obtener más felicidad y bienestar interno y externo.

“Absolutamente todo procede de Tu intención, acción y actitud”.
S.C.

INTENCIÓN, ACCIÓN Y ACTITUD

La intención tiene que ver con tu poder interno de alcanzar el nivel de experiencia para el que estás dispuesto.

Los que asumen ser protagonistas de su vida, planifican, se marcan metas y sueños, ejecutan; sin embargo, las personas víctimas parecen transcurrir sus días con el freno de mano puesto como en su auto, por miedo, por creencias y por paradigmas, lo que los deja estancados y paralizados.

El poder de la intención, entonces, es el gran activador interior.

La acción es consecuencia directa de la intención.

Los protagonistas saben que se manifiesta y concreta sólo aquello que yace en su interior, y de la forma que viene a apoyar su mejor experiencia humana en este plano físico.

Incluso, si lo que les surge en la realidad es distinto de lo que anhelan, aprovechan esa vivencia colocándose en la posición de un aprendiz ávido por capitalizarla y por evolucionar.

La víctima, por lo general, se queda en la primera etapa, la del sueño. Este vivir en la “ensoñación” de la realidad no hace que las cosas sucedan. Cuando no ocurre lo que ellos quieren, se quejan, paralizan y postergan cualquier otro anhelo por cuanto se rinden sin volver a intentarlo.

¿Sabías que la mayoría de las personas se da por vencida sólo en un primer intento?

Los protagonistas son distintos: se levantan de los tropiezos y desafíos y siguen adelante.

La actitud es el resultado de tus elecciones personales, conscientes e inconscientes.

Las víctimas quedan enfocadas en el afuera, soñando con que llegue una persona a resolverle todos los problemas, o a que todo cambie.

En esa fantasía, se pierden de disfrutar, aprender y expandirse. Su actitud puede ser negativa, pesimista y nostálgica por un pasado que -dicen- supo ser mejor, o fantaseando un futuro que -afirman- no depende sólo de ellos.

Los protagonistas asumen el reto de mantenerse en un estado equilibrado inteligente, con una mayor tasa de positividad en su actitud, que la media de las personas.

Ellos afrontan los problemas, se sientan encima y los resuelven. Se ocupan en vez de preocuparse. Buscan conectar cada vez más con personas y experiencias de bienestar y felicidad,

empezando por ellos –base de su sana autoestima–, y por consecuencia, para los demás.

Todo esto se liga con la responsabilidad personal, que es tuya y no la puedes entregar ni delegar a nadie más.

“Respons-habilidad” es la habilidad para responder ante las situaciones que te ocurren.

Sólo depende de Ti y de nadie más.

PREGUNTAS PARA PASAR A SER PROTAGONISTA DE TU VIDA

1. ¿Crees que te estas limitando en Tu desarrollo?
2. ¿Cómo podrías trabajar con constancia y persistencia para lograrlo? (Ser 100% responsable de Tu vida/Respons-habilidad, habilidad para responder)

Es cierto que los seres humanos estamos demasiado acostumbrados a que los demás nos digan qué o cómo hacer. Somos adictos a la aprobación de los otros.

Voy a contarte algo que me sucedió recientemente.

Hace poco, un cliente consultante, se sentía mal porque no se entendía con su jefe. La relación era tensa y él no sabía cómo sentirse mejor y cumplir con las expectativas del otro.

Su jefe solo exigía, nunca daba. Mi cliente era su mano derecha, un ejecutivo eficiente, comprometido y responsable quien, sin darse cuenta, estaba creando dependencia emocional de su gerente.

¿Por qué?

Porque su bienestar dependía de la aprobación que recibía de su jefe: si este asentía, se sentía contento, pero si desestimaba algún comentario suyo, empezaba a dudar de sus capacidades.

Alimentaba la imagen de sí mismo, de acuerdo con lo que le

decía su superior, habiendo dejado en manos de “otros”, el valor de SÍ MISMO, sin tener en claro su propia identidad. Así que, en el proceso, trabajamos en su empoderamiento Emocional y Espiritual.

Cuando hablo de espiritualidad, no me refiero a religión, sino a la fe en sí mismo, su Amor propio, sus certezas, percibiendo su real identidad, para sentirse una persona digna, útil y capaz.

En otras palabras, durante las sesiones de coaching, mi cliente descubrió sus capacidades, aprendió a confiar en sí mismo y a no depender de la aprobación de los demás, sea quien sea: el jefe, la esposa, los amigos, el enemigo, los vecinos, la lluvia, el sol, el clima, un extraño.

Mi cliente aprendió a no ceder su poder, a conectarse con su SER verdadero, y a soltar la adicción de la necesidad de la aprobación de otros. Ya confía en él, aunque sabe, que no podrá evitar las valoraciones de otros.

Él mismo me ha contado, que la relación ha dado un giro de ciento ochenta grados dado que, cuando uno cambia, los demás también lo hacen. Por eso, lo importante es que ya tiene claro, que su imagen interna no depende de los demás.

A veces, las personas hablan de otras sin saber realmente quién es ese Ser humano y cuando lo hace, está hablando de sus propias frustraciones, de su historia de vida, de sus miedos, de sus dolores, de sus enojos.

Estamos demasiado acostumbrados a cederle nuestros ojos a los demás, para que nos miren y nos digan cuál es nuestro propio criterio, como si todavía fuéramos niños.

Cuando observo el comportamiento de los adultos en discusiones o situaciones difíciles, veo a la niña o el niño que fueron, lo que sucede es que, en ese momento, para resolver el conflicto, deberían acudir al adulto, coherente y responsable.

◆ **AHORA DESCRIBE: ¿CUÁLES SON TUS CONCLUSIONES?**

¡Insisto!

No te quedes con las mentales. ¡Escríbelas! No importa las palabras ni el orden ni la redacción en esta instancia, sino que puedas expresar lo que te salga.

Y, si no te sale nada... Será igual de efectivo, porque sabrás así que hay expresiones en tu Ser, que aún no se están liberando.

Te pido que te tengas paciencia y comprensión, estás entrando en un nuevo universo que requiere su tiempo de adaptación. ¡Continúa con disfrute Tu viaje!

Almas Valientes

Te comparto lo que dicen algunas de las personas que ya experimentaron sus Mejores Resultados.



Anabella Short

“Conocí a Sandra a través de una amiga, yo estaba atravesando una situación difícil y necesitaba ayuda, sin saber que en ese momento conocería a la persona que iba a modificar mi forma de ver la vida.

Yo era de carácter fuerte, no empatizaba con la gente y menos conmigo, *era* muy negativa, *sin darme cuenta*. Gracias a las sesiones particulares, las reuniones grupales y las meditaciones, logré darme cuenta, cambiar, conectar con la gente y, por sobre todo, conmigo.

Ella logró que pueda vivir el aquí y ahora disfrutando cada paso que doy, respetar y respetarme tomando consciencia, viviendo enfocada en lo que quiero, sabiendo que soy la única co-creadora de mi crecimiento personal.

¡Gracias por las herramientas que me ofreces día a día para poder seguir creciendo!”



Fernanda Giménez

“¡Mis sesiones con Sandra son hermosas! Un intercambio calmo, reflexivo, sensato, que me sirve de guía para cambiar y derribar todas esas creencias que me paralizan.

Con su calidez, compromiso y profesionalismo, me invitó a transitar el camino profundo del autoconocimiento y de la transformación personal.

¡Me queda mucho por recorrer, pero cada día que pasa, ella me ayuda a descubrir y a apreciar el sin fin de posibilidades que todos tenemos para ser auténticamente felices!”.



Ariadna Gallo

“Conocí a Sandra como docente del curso de Gestión de Emociones.

En primer lugar, me impresionó su calma, su entrega y su capacidad para transmitir su conocimiento teórico, al tiempo que adquiríamos herramientas prácticas para el día a día, elevando nuestra vibración y terminando cada clase en un estado de equilibrio y de paz.

Al tiempo, se dieron las circunstancias para tomar sesiones individuales.

Después de haber transitado distintos caminos para mi crecimiento interior, te puedo asegurar de corazón que esta vía ha sido transformadora, combinando la adquisición constante de herramientas específicas para abordar cada circunstancia con la creación de un estado emocional que permite observar la vida desde otra perspectiva más amplia y abarcativa.

Aún sigo aprendiendo en este camino maravilloso. Aprendiendo a aceptar, sin conformarme; a soltar, sin dejar de comprometerme; a fluir, sin perder la lucidez y la guía. Gracias por permitirme ser cada día un poco más sabia, más fuerte y más libre”.



Elvis Gasó

“Me anoté en un curso de Gestión de Emociones sin saber de qué se trataba.

Creía que iba a estudiar alguna ciencia donde me iban a enseñar a sobrellevar un montón de cosas que pasaban en mi vida. Y ahí es donde conocí a Sandra, quien me enseñó y me ayudó a abrir la ventana del autoconocimiento.

Hoy me siento una privilegiada. En ese momento comenzó mi camino de salir del modo automático en el que vivía y empecé a sumar hábitos para permanecer en el modo consciente. De comenzar a experimentar el poder que existe en mí. En afirmar que soy la autora de todo lo que me pasa.

El mejor mensaje que te puedo dejar, es que te animes a emprender este camino infinito y bello, porque ella una vez me dijo: todo lo que pasa es perfecto. Y es así como cada día practico el

agradecimiento y el recibir cada circunstancia que pasa en mi vida pudiendo elegir en qué emoción quiero vivirla.

Agradecida eternamente de haberte conocido, Sandra Cavallero, una excelente persona y profesional, a quien admiro y respeto mucho. Muchas Gracias por acompañarme en este camino de crecimiento personal y por dedicar tu vida a Ayudar”.



Analía Blanche y Mariano Álvarez

“Hoy quisimos escribirte, ya que toda mi familia habla de vos. Mi gran compañera y mujer está dando pasos gigantes y ayer, una de nuestras hijas nos dijo: “La verdad es que me gustaría decirle gracias, SANDRA mis papas están mejor, más tranquilos...” Juntos estamos tomando conciencia.

Quiero agradecerte profundamente tus enseñanzas, me estás llevando a otra etapa, ya no soy el mismo, siento tanta energía, que empecé a levantarme más temprano, a comer mejor, a hablar mejor aprendiendo a disfrutar el AQUÍ Y AHORA. ¡Qué hermoso es disfrutar de este presente!

Sigo, día a día, avanzando en los cursos y me siento imparable. ¡Qué bien que me hizo conocerte! ¡Trajiste mucha luz a mi vida!

Voy a estar siempre inmensamente agradecido, me estas ayudando como nunca nadie lo hizo. Siempre busqué en iglesias, en mi familia, en profesores, en amigos, en libros y no podía conectar con la verdad y ahora siento que todo lo que estaba buscando, estaba dentro mío. Me emociona mucho y sé

que lleva tiempo, pero la pucha que vale la pena.

¡Gracias Sandra, me das paz... ¡Sigo a full!

Un secretito, nos estamos levantando a las 6 am, hacemos ejercicios juntos, desayunamos juntos y estamos co-creando un camino hermoso. Y, como bien decís, no es cuestión de suerte”.



Marlene Sánchez

“Recomiendo muchísimo a Sandra como coach, es muy profesional y apasionada por su trabajo. A través del coaching por línea ella me ha ayudado a trabajar con cambio de creencias, miedos e inseguridades, autoestima y, sobre todo, a empoderarme como mujer”.



Andrea Moreno

“A mi Ángel de la guarda con mucho amor y gratitud:

Cuando ya pensaba que no podía superar la tristeza que deja la pérdida de los seres amados y esa ansiedad tan destructiva que causa la incertidumbre de no obtener respuestas en ningún lado, te encontré en una de las redes sociales. Nada es casual y

me dije: ¿Por qué no? En plena pandemia, julio 2020, me contacté con vos, que de forma tan amable y con esa paz que te caracteriza, me invitaste a participar en una de tus charlas vía Zoom. Nunca pensé que ibas a cambiar mi vida. En 8 meses me enseñaste, tanto en cursos, talleres y sesiones particulares, las herramientas necesarias para salir de ese modo automático en el que estaba, para empezar a vivir de manera consciente mis emociones, aprendiendo cada día a convivir con ellas, transformándolas con hábitos positivos y así descubrir mi poder interior, co-creando una nueva realidad.

Sandra, te estaré eternamente agradecida por brindarme tu apoyo y sabiduría. ¡Sos una gran persona y gran profesional!
Y como siempre te digo: Sos mi Ángel de la Guarda.
Con todo mi cariño.”



Julia Iurlina

“El coaching con Sandra, lo que en mayor medida hace es sorprenderme.

Por mi tendencia a intelectualizar las situaciones, analizar los orígenes y consecuencias de los actos, ver y experimentar cambios y reacciones tan concretas y rápidas no deja de sorprenderme día a día. Tenía también una versión de las sorpresas un tanto dramáticas, el coaching me sorprende con amorosidad, humanidad y respeto.

A mí este asombro me llegó con respuestas concretas de diversas situaciones. Intuyo que las respuestas estaban, pero yo pude cambiar mi perspectiva y forma de recibir esa información con respecto a mi salud, mi relación con los otros, los recuerdos. ¿Lo mejor? ¡Este camino aún tiene mucho por ser recorrido!”.



Erika Federico

“Conocí a Sandra en un momento muy revolucionado de mi vida, muchas dudas, atravesando duelos, no de los que se muere alguien sino en lo que se te muere algo dentro tuyo... Mi Alma sabía que como estaba viviendo hasta ese momento no funcionaba más, no era el camino, pero no sabía cómo tenía que ser.

Y ahí fue, mediante crisis existenciales, hábitos insalubres de pensamiento, patrones de conductas donde carencia completamente de conciencia, que mi Alma me guió al curso que ella dictaba por septiembre de 2019, “GESTIÓN DE EMOCIONES PARA POTENCIAR RESULTADOS”.

Desde el primer momento sentí a Sandra muy familiar, en cada clase me llevaba infinito conocimiento, herramientas, CONSCIENCIA, observarme con una camarita sin juzgarme sobre lo que hacía, decía, sentía.

El conocimiento era muy nutritivo, lo podía aplicar en todos los ámbitos de mi vida; ya las emociones no me dirigían sino que aprendí a gestionarlas, escuchándolas, amándolas y sin-

tiéndolas. Ahora soy yo quien decide en qué emoción estar y cómo transitarlas.

Tiempo después, meses, enero de 2020, quise tomar sesiones personales de coaching... Las herramientas me servían muchísimo pero sentía en mí muchas más ganas de auto conocimiento.

Una de las razones más influyentes por las que tomé la decisión, fue que semanas antes, un ser muy querido y cercano a mí estuvo muy delicado de salud y mi vida hizo un giro radical, sumado a los cuidados que debía brindarle, tenía sentimientos de rencor y enojo guardados dentro mío, por varios episodios que sucedieron en mi niñez.

Claro estaba en que ya no podía seguir viviendo de la manera en que lo hacía... Pero, entonces, ¿cómo? Lo había olvidado todo... Es obvio que aplicar las herramientas en momentos lineales de la vida no es lo mismo que en plena crisis y paradójicamente es ahí donde me di cuenta de que lo aprendido necesitaba tener bases más sólidas.

Transitando ansiedad y pánico, voy a mi primera sesión, con la idea clara de que iba a ser eso lo que trabajaríamos y, de alguna manera, entre profesional y mágica, Sandra detectó el origen instantáneamente: tenía que ver con esta persona.

En muy pocas charlas me ayudó a trabajar con el perdón dejando en claro que era un trabajo 100% mío y que no era fácil. Ella me guió, mi ego no quería, la resistencia de mi mente era muy fuerte y victimizarme era la opción más simple aprendida hasta ese momento.

Sandra me acompañó en mi despertar, efectivamente no fue fácil y sin embargo confíe plenamente en que iba a ser lo mejor para mí, mi interior me lo decía después de todo... Y allí mi primer resultado: la relación con esta persona cambió, yo comencé a

sentir amor, paz, las cosas que sucedieron fueron perfectas para mi mayor evolución y la devolución de esa persona hacia mí fue sorprendente, pacífica y amorosa. También, puedo asegurar que conocí a otra persona.

Existieron mil cambios en mí, en mi forma de relacionarme en todos los aspectos de mi vida.

Sandra me apoyó y guió a enfrentar un miedo muy arraigado, el de viajar sola de vacaciones. Me condujo, mediante ejercicios a silenciar mi mente (miedos), transformar hábitos mentales y conductuales para poder escuchar lo que intentaba decirme el corazón... Mi corazón quería que viaje, y ese fue, además de una maravillosa experiencia, el destino donde mi Alma quiso que nos encontráramos con mi pareja actual.

Esos fueron ejemplos de los primeros cambios, en solo los primeros 2 a 3 meses: radicales.

Hoy continúo con las sesiones porque amo descubrir-me.

Fue espectacular para mí saber que puedo dirigir mi vida tal cual se me plazca, co-crear en cada instante siempre desde la conciencia.

Agradecida eternamente que mi Alma se haya cruzado con Sandra, fue una gran liberación, conocí la Paz y el Amor genuino.

GRACIAS GRACIAS GRACIAS”.

Aquí un regalo para Ti

Por tener este libro en Tu poder y como PREMIO a tu valentía por haber transitado este Viaje, quiero regalarte algo que te ayudará a sostener en el tiempo tu conexión con la evolución consciente.

Se trata del ingreso COMPLETAMENTE GRATUITO y por 3 meses, a:

C.R.E.E. Comunidad Real Evolutiva Emocional

Esta Comunidad ha sido creada para Almas Inquietas, Valiosas y Valientes, que buscan superarse, descubrirse, ir por más...

El objetivo principal de "pertenecer" es:

- **Unirnos y potenciarnos: para nuestra evolución consciente.**
- **Descubrir Nuestros Tesoros: caminar hacia Nuestra Mejor versión.**
- **Convertirnos en "el cambio" que deseamos ver.**
- **Saber "Crear la Vida que deseamos, y no quedar sujetos a lo que viene dado".**

Beneficios que te dará "pertenecer":

Acceso GRATUITO a:

- **Eventos Mensuales de Meditación.**
- **Eventos Mensuales de Cápsulas de Sabiduría.**
- **Videoteca con grabaciones de eventos anteriores disponibles en la plataforma.**

IMPORTANTES DESCUENTOS EN:

- Talleres vivenciales ON LINE.
- Cursos OnLine de la Academia de Evolución Humana.
- Próximas actividades presenciales/OnLine.
- Sesiones individuales de Coaching Transformacional.
- Viajes para expandir consciencia y de conexión con la naturaleza, actividades recreativas, retiros de introspección, orientados a fomentar la evolución y espiritualidad Humana.

Para disfrutar de todos estos beneficios, completa tus datos y te otorgaremos el ACCESO GRATUITO a C.R.E.E.



Sobre la autora Sandra Cavallo



Sandra Cavallo es Fundadora y Directora de la Academia de Evolución Humana.

Mentora Personal y Organizacional, especialista en Transformaciones Ágiles Mentales y Emocionales.

Luego de transitar más de 20 años en entidades financieras de primer nivel, encontró su misión primordial, con profunda pasión y compromiso, hacia el objetivo de generar su aporte en la Humanidad para potenciar su Evolución, derribando límites, ampliando el espectro de lo que hoy vean como posible, acercando cada experiencia a su mayor plenitud y esplendor.

Diagnosticó, diseñó e impartió capacitaciones y procesos de transformación creando su propia metodología, implementada con 100% de casos exitosos.

Lic. en Análisis de Sistemas, en la Universidad de Buenos Aires.

Diplomada en Coaching Ontológico: certificación internacional otorgada por Newfield Consulting (Rafael Echeverria), Universidad Torcuato Di Tella.

Certificada en el Programa de Coaching y Liderazgo por Newfield Consulting, Universidad Torcuato Di Tella.

Certificada como Diseñadora de Redes Conversacionales / Programa de Competencias Directivas Genéricas por Newfield Consulting.

Especialización en Inteligencia Emocional y Corporal – ICF: International Coach Federation.

Certificada en Pedagogía 3000 -Noemí Paymal. Herramientas pedagógicas bio-inteligentes.

Creadora e Instructora del Programa "Gestión de Emociones para potenciar resultados".

Miembro del staff de Liderazgo y Coaching en Capacitarte UBA.

Creadora del Método E.G.E, orientado a Gestionar las Emociones a través de las manifestaciones del campo mental, físico y cuántico.

Logra integrar toda su trayectoria en sus procesos transformacionales, llevando a personas y a organizaciones al siguiente nivel evolutivo, hacia su máxima expansión.

Más Info:



www.sandracavallo.com



Sandra Cavallo



Sandra_cavallo_coach



Sandra Cavallo