

Mariano Menéndez 2017

**Guía de Consultas  
sobre Desarrollo  
Personal**

**Publicado en Palma de  
Mallorca, Islas Baleares,  
España.**

**Está terminantemente prohibido  
reproducir o transmitir cualquier  
parte de este libro ya sea por  
medios electrónicos o mecánicos,  
incluyendo fotocopias,  
grabaciones, videos o cualquier  
otro sistema de almacenamiento y  
recuperación de datos sin el  
permiso previo de Strategy  
ediciones.**

**Mariano Menéndez 2017**

**Fotografía de tapa: Layla May**

## ***Sobre el autor:***

### ***Mariano Menéndez***



- Consultor, conferencista internacional, coach y escritor. Su formación académica se realizó en Argentina, en Ventas, Marketing, Comunicación, Liderazgo y

Coaching holístico.

-Asesoró en Argentina a más de 30 clientes tales como: Grupo Arcor, Mondelez, Sancor, Nestlé, Pierre Fabre, Genomma, Roemmers, entre otros.

- Experto en Liderazgo y Conducción de Equipos de Alta Performance; Análisis de Mercados y Marketing Estratégico.

- Business Manager de la Firma FS Asociados, líder del proyecto "Impúlsate" en Latinoamérica y España.

- Fundador de Strategy, consultora especializada en desarrollo profesional.

- Fue Profesor de las materias: Marketing, publicidad, Relaciones públicas, Liderazgo y Negociación.

# Contacto:



[www.facebook.com/mmenendezcoach](http://www.facebook.com/mmenendezcoach)



[www.linkedin.com/in/menendezmariano](http://www.linkedin.com/in/menendezmariano)



[.MMenendezcoach](https://www.youtube.com/channel/UCMMenendezcoach)



[@MMenendezcoach](https://twitter.com/MMenendezcoach)

# Índice

1. La admiración y el ego (Pág. 7)
2. Las emociones verdaderas (Pág. 14)
3. ¿Cómo funciona la ley de causa y efecto? (Pág. 20)
4. El ego y la auto-estima (pág. 25)
5. Los cambios en la personalidad (Pág. 35)
6. Determinación VS Intuición (Pág. 46)
7. El ego y la auto-estima (parte 2) (Pág. 57)
8. Si el efecto no desaparece... ¿Dónde va? (Pág. 67)

- 9. El castigo relevante (Pág. 75)**
- 10. La intuición no es todo (Pág. 85)**
- 11. Compartir meritos y su relación con el miedo (Pág. 92)**
- 12. Cómo separar la falsa personalidad de la Conciencia (Pág. 100)**
- 13. La creación de nuevas actitudes (Pág. 105)**
- 14. El principal indicador de avance (Pág. 116)**
- 15. El camino hacia la Conciencia Superior (Pág. 123)**
- Agradecimientos (Pág. 133)**

# **1- ¿La admiración propia proviene del ego?**

Si, si hablamos de admiración propia. O también llamada auto-admiración. Si una persona tiene en el mundo 7.000 millones de personas para interesarse por lo bueno que hacen y todo lo bueno que aportan al mundo, y se auto-admira, obviamente existe en ella un problema de ego.

En cuanto a la admiración por los demás, no tiene nada que ver con el ego. De hecho tiene vinculación con una de las 10 buenas



acciones que mencioné en mi último libro: “Viaje a la Conciencia Eterna”. Que es alegrarse por las virtudes ajenas. Constituye una buena acción que trae efectos positivos. Parece algo obvio pero la mayoría de la gente cuando ve a alguien que destaca por alguna virtud, siente una fuerte tendencia a sentir envidia, celos, subestimación, risa, ridiculización, competencia, etc. Tratará de restarle importancia a lo que esa

persona hace. Y si esa persona es admirada por los demás se incrementarán las emociones negativas hacia esa persona. Cabe decir que esas emociones en una elevada dosis y en un centro emocional muy contaminado también generan peores efectos. Por un lado puede generar ataques psicológicos, pero también ataques físicos, como planear un asesinato o algún mal mayor para que le suceda a esa persona. Por esa razón hay que

cuidar que frente a las virtudes de los demás nos alegremos y felicitemos por realizar acciones virtuosas. Por eso recomiendo que si ante la virtud de otra persona sienten envidia o celos, deben eliminar esas emociones en ustedes.

Todo lo bueno que se nos ocurra hacer con las virtudes de otras personas, traerá efectos positivos. Y todo lo malo efectos negativos. Cuanto más bueno sean nuestras acciones en relación a esas

virtudes, mayores serán los efectos positivos en calidad y cantidad.

Les recomiendo que se alegren por la existencia de personas virtuosas, y si tienen la posibilidad de interactuar con esas personas. Que las feliciten y las amen si pueden. Que hagan todo lo bueno por alguien que es virtuoso en lo que hace, porque les va a traer efectos positivos a su realidad. Si no pueden hacerlo por generosidad, háganlo por una razón

egoísta, por sus propias vidas. De todas formas si la causa es por una intención altruista o egoísta, el efecto será el mismo. Aunque si la causa es por una razón altruista, el efecto será más puro, ya que no sufrirá la contaminación del ego. Admiren a las otras personas, alégrense por las virtudes de los demás, es una actitud de las más sanas que existen.

## **2- ¿Cuáles son las emociones verdaderas?**

Las emociones verdaderas son las que surgen de la conciencia. El único sentimiento que puede surgir de la conciencia es el amor. Es el único sentimiento consciente, y por lo tanto, el único sentimiento que existe. Luego surgen diferentes derivaciones. Todo es derivado del amor y el miedo. Las emociones que derivan del amor tienen una fuerza particular, porque buscan el bien, la mejora y la satisfacción. Por

eso es el sentimiento de más alta frecuencia vibratoria. El amor es dar, buscar el bien, buscar la mejora y la satisfacción de las otras personas. La alegría, la simpatía, la generosidad, el respeto, la amabilidad, la gratitud, la tranquilidad, la esperanza, el interés, etc. Todos derivados de un único sentimiento que es el amor. Todas emociones verdaderas. Pero existen otras emociones que están contaminadas por el ego.



Que parecen positivas, pero son de una positividad falsa, porque están rancias a causa de la contaminación del ego. Parece una emoción positiva, porque visto desde afuera vemos que alguien sonríe, pero esa sonrisa esta propulsada por la maldad, por el deseo del mal hacia otra persona. Seguramente no me equivoque pero una de cada mil personas experimenta compasión y ganas de ayudar frente a

una persona que se cae en la calle. Las otras novecientas noventa y nueve se ríen y siguen caminando. Así está el mundo de hoy y por eso pasan las cosas que pasan.

Hay ego-emociones que están sucias, y contaminadas de apego. Estas parecen positivas pero no nos dejemos engañar, no lo son. Porque no producen felicidad ni alegría verdadera interior. La persona que se ríe frente al mal de otro, expresa

maldad, deja en claro que es una mala persona y tiene una mala esencia. No expresa bondad y confianza.