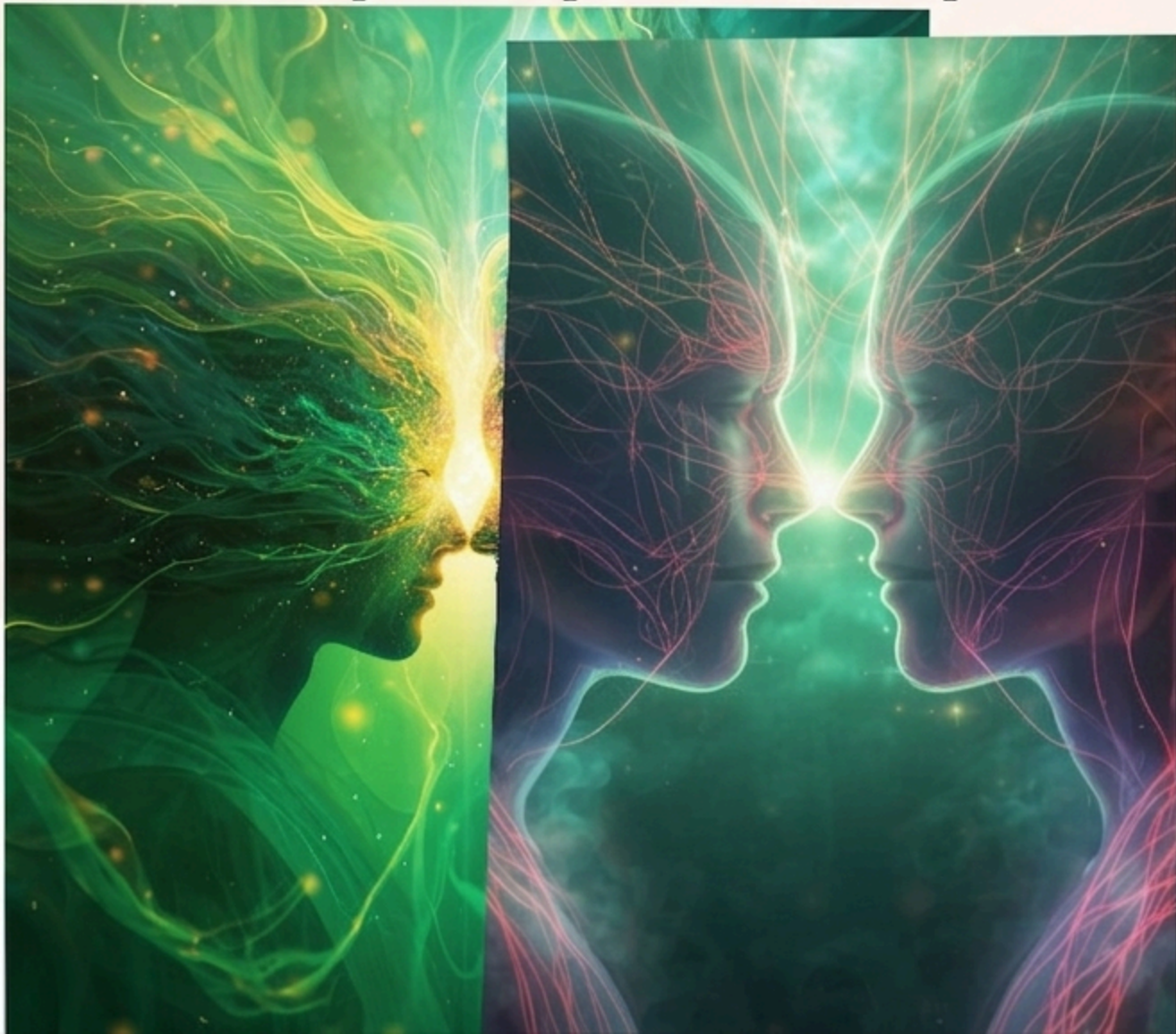




EL CONTRATO DEL ALMA POR QUÉ NOS ENCONTRAMOS CON ALGUNAS ALMAS EN EL CAMINO Y QUIÉNES SON

El concepto de "Contrato del Alma" nace de la corriente del Orfismo, antigua religión griega, retomada por algunas corrientes New Age como ciertas interpretaciones del karma, de las vidas pasadas y del crecimiento del alma. Es, por tanto, una metáfora potente, que debe ser interpretada.



¿PARA QUÉ NOS SIRVE RECONOCER EL “CONTRATO”?



Si lo miramos simbólicamente, el “Contrato del Alma” puede ayudarte a:

- Dar sentido a las relaciones difíciles
- Ver los encuentros como oportunidades de crecimiento
- Salir del rol de víctima (“¿por qué me pasa a mí?” → “¿qué puedo aprender?”)
- Trabajar en las repeticiones kármicas o familiares

mi método MENS trabaja integralmente en cada aspecto de nuestro ser....te acompaño a la consciencia para luego sanar paso a paso con ligereza....

¿QUÉ ES UN CONTRATO ENTRE ALMAS



Según Platón, y el mito de Er, antes de nacer decidimos con qué personas me encontraré y qué roles tendrán para que yo pueda aprender lecciones y aliviar el karma. Tú eres una alma maravillosa en camino, un ser divino que está viviendo una experiencia humana, y todas las personas que encuentras en tu camino son, en cierto sentido, tus compañeros de viaje. Para que puedas extraer todas las enseñanzas necesarias y continuar evolucionando, antes de nacer has hecho acuerdos un "contrato" con diversas almas. Cada una de ellas es una parte importante de tu crecimiento, así como tú lo eres para el suyo.

mi método MENS trabaja integralmente en cada aspecto de nuestro ser....te acompaño a la conciencia para luego sanar paso a paso con ligereza....

TU “CONTRATO DEL ALMA” SEGÚN EL MÉTODO M.E.N.S.

TU CONTRATO DEL ALMA: UN NUEVO ENFOQUE

Alma maravillosa, no estás aquí para sufrir.
Tu verdadero contrato está hecho de patrones, memorias
y dinámicas que tu alma busca transformar.

Alma maravillosa, más que un contrato escrito antes de nacer, existe algo mucho más concreto y potente:

patrones, memorias y dinámicas que tu alma está buscando transformar en esta vida. No estás aquí para sufrir los encuentros. Estás aquí para comprenderlos, integrarlos y transformarte a través de ellos.

Cada persona que entra en tu vida activa algo:

- una herida
- una necesidad
- un talento
- o una parte de ti que pide ser vista

Y este es tu verdadero “contrato”.

CÓMO RECONOCER UNA RELACIÓN “ACTIVADORA”

En el método M.E.N.S. no nos preguntamos “¿Era el destino?”
sino “¿Qué está activando en mí?”

He aquí las señales, traducidas en clave práctica:

1. EMOCIÓN FUERTE E INMEDIATA No es magia. Es memoria.

Pregunta M.E.N.S.:

¿Esta persona me hace sentir como me he sentido en el pasado?

✓ Te hace sentir:

- ¿rechazada?
- ¿no vista?
- ¿dependiente?
- ¿o finalmente amada?

Estás reviviendo un esquema, no encontrando “por casualidad”.

2. PERSONAS QUE SIEMPRE VUELVEN

No es el destino que insiste.

Es el esquema que no ha sido resuelto.

Pregunta M.E.N.S.:

¿Qué no estoy aprendiendo aún de esta dinámica?

Mientras no cambies tú: cambian los rostros, pero la historia sigue siendo la misma.

LA SEÑAL: ¿QUÉ SE ACTIVA EN MÍ?

En el Método M.E.N.S. no nos preguntamos “¿Era el destino?”,
sino “¿Qué está activando en mí?”.



**NODO DE
ACTIVACIÓN**

NEUROCIENCIAS/MEMORIA

🧠 Familiaridad: Tu sistema nervioso reconoce lo ya vivido. A menudo es una dinámica de la infancia.



EMOCIÓN/HERIDA

💖 Emoción Fuerte: No es magia, es memoria. Revives un esquema.

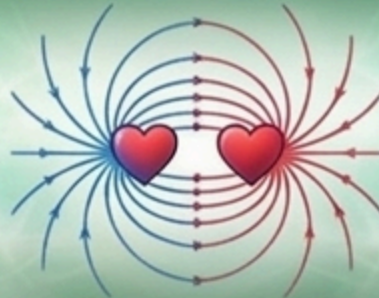
NUESTRAS LECCIONES PARA APRENDER

LAS RELACIONES: ESPEJOS Y MAESTROS

¿Por qué atraes ciertas dinámicas?



🔄 **Personas que regresan:** El patrón no ha sido resuelto.



🧲 **Atracción**
Intensa: A menudo es apego + + herida activada.



🛡️ **Seguridad:** Aquí el cuerpo se relaja, te sientes acogida.

Personas espejo y maestros

3. SENSACIÓN DE SEGURIDAD PROFUNDA

Esta es una señal diferente. Aquí el cuerpo se relaja, no se altera.

✓ Te sientes:

- tú misma
- acogida
- estable

Esta es una relación que nutre, no que destabiliza.

4. PERSONAS QUE TE DESAFÍAN (TUS "MAESTROS")

No llegan para hacerte sufrir. Llegan para hacerte ver lo que evitas.

Pregunta M.E.N.S.:

¿Qué me obliga a mirar a esta persona?

- ✓ límites
- ✓ valores personales
- ✓ miedo del abandono
- ✓ necesidad de control

CAMINO HACIA LA CONSCIENCIA

INTEGRACIÓN (CUERPO – MENTE – ENERGÍA – ESPACIO)

Según el Método M.E.N.S., la transformación ocurre en múltiples niveles:

- Mental → reconoces el patrón
- Emocional → sientes sin huir
- Físico → observas las reacciones del cuerpo
- Energético → disuelves el vínculo
- Espacio → liberas lo que mantiene el pasado activo

Después de una sesión inicial y un estudio te acompaño con algunos protocolos para reconocer lo que estás repitiendo y a través de qué relaciones

EL VERDADERO TRABAJO INTEGRADO (M.E.N.S.)

Entender por qué atraes.



SE PUEDE DISOLVER EL CONTRATO

En el Método M.E.N.S. la respuesta es clara:

Puedes siempre elegir, pero atención: si sales sin comprender...
el esquema se volverá a presentar con alguien más

Si en cambio comprendes y transformas: el esquema se cierra de verdad

EL VERDADERO TRABAJO

No es entender quién es tu alma gemela.

Es entender:

- por qué atraes ciertas relaciones
- qué estás buscando inconscientemente
- qué parte de ti pide sanación

VERDAD FUNDAMENTAL Y ELECCIÓN

No estás ligada a nadie por un contrato obligatorio.
Estás ligada a tus dinámicas interiores.



Sales sin comprender...

Comprendes y transformas

CAMINO HACIA LA CONSCIENCIA

CONCLUSIÓN

Alma maravillosa,
no estás aquí para “sufrir un contrato”.

Estás aquí para:

- volverte consciente
- elegir de manera diferente
- transformar lo que se repite

Y cuando lo haces...

no solo cambias tus relaciones cambias tu realidad entera

¡Reserva una sesión gratuita, te escucho 🖱

¡Reserva una sesión gratuita, te escucho 🖱

<https://www.metodomens.com/metodomens>

EL RESULTADO: LA TRANSFORMACIÓN TOTAL

No estás aquí para "sufrir un contrato".

Estás aquí para: volverte consciente, elegir, transformar.



SUFRIR

REALIDAD TRANSFORMADA

QUIÉN SOY...

Soy Sara, italiana, intensa y profundamente humana. He vivido en varios países y me siento ciudadana del mundo. Fundadora de la heladería SottoZero y de la asociación EmprendeclubCanarias, siempre he emprendido con el corazón por delante.

Después de cerrar mi actividad a causa de la pandemia, comencé un viaje de profunda transformación que me ha llevado a sanar desde las raíces.

Soy instructora de Hatha Yoga, me he formado en Biodescodificación, PNL, Numerología, Constelaciones, Reiki, no para enseñar desde la teoría, sino desde la experiencia vivida.

Hoy acompaño a mujeres que quieren recordar quiénes son, sanar su historia y reconectarse con su propósito de vida a través del Método M.E.N.S.



www.metodomens.com

[www.youtube.com/@saraange](https://www.youtube.com/@saraangelacostantino2603)

[lacostantino2603](https://www.youtube.com/@saraangelacostantino2603)

[https://www.instagram.com/m](https://www.instagram.com/mentoradebienestarintegral/)
[entoradebienestarintegral/](https://www.instagram.com/mentoradebienestarintegral/)

+393479719756

+34643953517 wapp