

LA VERDAD CIENTÍFICA SOBRE TU RELACIÓN CON EL DINERO

Cómo tu cerebro sabotea tu abundancia
y cómo cambiar eso para siempre

Maria Sancerni

Experta Universitaria en Conductas Adictivas

Coach de Alto Rendimiento Basado en Neurociencia

25 años trabajando con personas de muy alto poder adquisitivo

Un ebook basado en el directo en vivo de Instagram
Neurociencia + Soluciones prácticas que puedes implementar hoy

ÍNDICE

- 1. Introducción: Por qué este ebook
- 2. El problema: Las creencias que sabotean tu abundancia
- 3. La ciencia: Tu cerebro en 3 capas
- 4. Solución 1: Identifica tu creencia original
- 5. Solución 2: La técnica del Dinero Neutro
- 6. Solución 3: El protocolo de reconexión (4 semanas)
- 7. Ejercicios prácticos para hoy
- 8. Pasos siguientes: De la teoría a la transformación

1. Introducción: Por qué este ebook

Durante 25 años he trabajado al servicio de personas de muy alto poder adquisitivo, en entornos privados de gran escala en Europa, América y Oriente Medio.

Vi de cerca cómo piensan, hablan y deciden las personas que llegan al más alto nivel. Y descubrí algo que nadie me dijo cuando empecé: No es lo que tienen lo que las distingue. Es quiénes han decidido ser cada día.

Pero aquí viene lo importante: mientras estudiaba a estas personas, también notaba que la mayoría de la gente inteligente, capaz y trabajadora sabotea inconscientemente su propia abundancia.

Ganan dinero y lo gastan sin pensar. Les sale una oportunidad de inversión y la rechazan. Les ofrecen un ascenso y lo rehúyen. Todo por una razón: su cerebro cree que el dinero es malo.

Este ebook es la ciencia detrás de ESE sabotaje, y las soluciones prácticas para cambiarlo. No es un libro de finanzas. No es un libro sobre ahorro. Es un ebook sobre reprogramación neurológica aplicada a tu relación con la abundancia.

2. El problema: Las creencias que sabotean tu abundancia

El 87% de las personas en España tienen una relación tóxica con el dinero.

Y aquí está la parte que nadie te cuenta: no es porque no sepan ahorrar o invertir.

Es porque llevan una CREENCIA instalada en el cerebro desde los 5, 6, 7 años. Una creencia que dice:

"El dinero es malo."
"La gente rica es mala."
"Si tienes mucho dinero, pierdes tu alma."
"Es de mala educación hablar de dinero."

¿De dónde aprendiste eso? Probablemente en tu casa. Tu padre decía: "Los ricos son unos sinvergüenzas." Tu madre decía: "Nosotros somos pobres pero honestos." La iglesia decía: "El dinero es la raíz de todos los males."

Y ahora, con 30, 40, 50 años, tu cerebro SABOTEA cualquier oportunidad de generar riqueza porque cree que generar dinero es malo.

No es culpa tuya. Es programación.

Pero aquí viene lo bueno: la neurociencia demostró que la programación se puede CAMBIAR. Y eso es lo que vamos a aprender en este ebook.



3. La ciencia: Tu cerebro en 3 capas

El cerebro humano tiene tres capas evolutivas. Entenderlas es la clave para entender por qué saboteas tu propia abundancia.

CAPA 1: EL TRONCO CEREBRAL (La más antigua)

Esta es la supervivencia pura. "Comida. Refugio. Peligro." No piensa, solo reacciona.

CAPA 2: EL SISTEMA LÍMBICO (Las emociones y la memoria)

Aquí viven tus EMOCIONES y tus RECUERDOS. Aquí está guardado TODO lo que viviste. Todo lo que escuchaste. Aquí está tu relación con el dinero instalada. Este es el sistema de tu infancia, de tus primeros traumas económicos, de lo que tus padres te dijeron que eras.

CAPA 3: LA CORTEZA PREFRONTAL (La lógica)

La más evolucionada. La que dice: "Sé que puedo generar riqueza. Quiero inversión."

El problema:

Cuando intentas ganar dinero o invertir, tu sistema límbico (la emocional) choca con tu corteza prefrontal (la lógica).

El límbico dice: "No, no, eso es malo. Tu abuelo lo decía. Tu madre lo decía. Las personas buenas no tienen dinero."

Y tu lógica dice: "Espera, quiero prosperidad."

¿Quién gana la batalla? El límbico. Siempre. Porque las emociones son 1000 veces más potentes que la lógica.

Por eso la gente inteligente no invierte. Por eso cobras menos de lo que mereces. Por eso inconscientemente saboteas tus oportunidades.

Pero aquí viene lo revolucionario:

Tu AMÍGDALA (la alarma emocional) se puede RECALIBRAR.

No es magia. Es neuroplasticidad. Tu cerebro puede aprender nuevas respuestas. Eso es CIENTÍFICO. Demostrado por investigadores como Bessel van der Kolk, Antonio Damasio, y James Nestor.

Y eso es lo que te voy a enseñar en las próximas secciones de este ebook.

4. Solución 1: Identifica tu creencia original

La primera solución es NOMBRAR tu creencia. No puedes cambiar lo que no ves.

El ejercicio:

Completa esta frase en tu cabeza:

"El dinero es..."

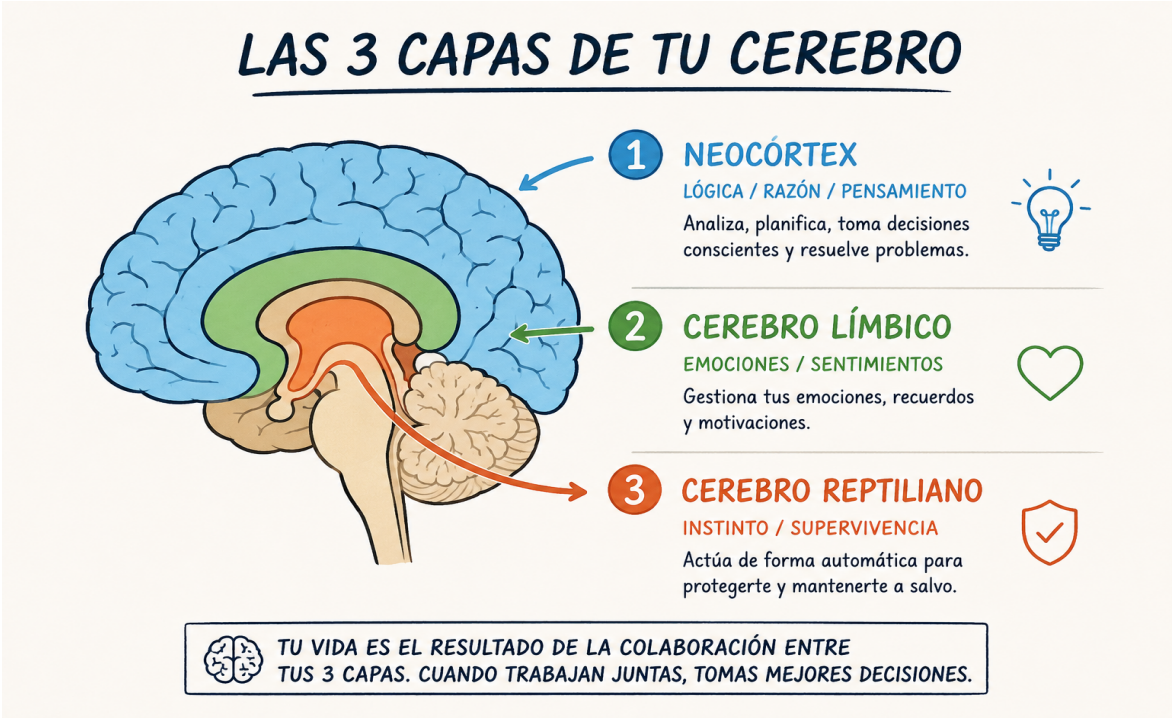
¿Qué palabra vino? ¿Sucio? ¿Malo? ¿Peligroso? ¿Corrupto? Eso que vino es tu CREENCIA INSTALADA.

Ahora, la pregunta mágica: ¿De quién es esa creencia? ¿Tu madre? ¿Tu padre? ¿Tu abuela?

Porque la mayoría de las creencias sobre dinero vienen de mensajes de pobreza, mensajes religiosos, traumas económicos, o mensajes de envidia.

¿Por qué esto funciona? Una vez identifiques de DÓNDE viene, tu cerebro empieza a cuestionarla. Y una creencia cuestionada es una creencia a punto de morir.

Tu abuelo puede haber sido sabio en muchas cosas, pero su relación con el dinero NO tiene por qué ser la tuya.



5. Solución 2: La técnica del Dinero Neutro

La segunda solución es entrenar tu cerebro a VER el dinero como NEUTRAL. No bueno ni malo. Neutral. Como el agua.

El agua no es buena ni mala. Es simplemente una herramienta. Puedes regar una planta o ahogar a alguien. El dinero es IGUAL.

La práctica:

Todos los días, durante 30 días, mira dinero (real, en tu cartera, o una imagen) y di:

"El dinero es un INSTRUMENTO DE INTERCAMBIO."

No "dinero es vida". No "dinero es felicidad". No "dinero es malo". Solo: "Es un instrumento."

¿Por qué funciona? Porque tu amígdala DEJA DE TENER MIEDO.

El miedo viene de la CARGA EMOCIONAL. Si quitas la carga emocional, quitas el sabotaje.

Los ultramillonarios que estudiaron investigadores como Thomas Corley dicen exactamente esto: "Veo el dinero como una herramienta, no como una identidad."

Ese cambio de perspectiva SIMPLE reorganiza tu comportamiento económico completamente.

30 días. Eso es lo que necesitas para que tu amígdala empiece a cuestionarse si el dinero es realmente "malo".



6. Solución 3: El protocolo de reconexión (4 semanas)

La tercera solución es lo que llamo el PROTOCOLO DE RECONEXIÓN. Porque tu problema no es matemático. Es emocional.

Todas las personas que tienen una relación sana con el dinero tienen algo en común.

No es que sean más inteligentes. No es que tengan más suerte.

Es que tienen ACCIÓN ALINEADA con su visión.

Ellas hacen cosas pequeñas que DEMUESTRAN a su cerebro que el dinero no es peligroso.

SEMANA 1 — OBSERVACIÓN:

Gasta dinero conscientemente. Compra algo pequeño (un café, un libro) y al pagarlo, di en voz alta: "Merezco cosas buenas. Y estoy disponible para la prosperidad." El objetivo: demostrar a tu cerebro que gastar dinero no trae consecuencias negativas.

SEMANA 2 — GENEROSIDAD:

Regala dinero. Pequeño. 5€, 10€. A un sin techo, a una fundación. ¿Por qué? Cuando REGALAS dinero, tu cerebro aprende que el dinero fluye. Que no es algo que guardar por miedo.

SEMANA 3 — INVERSIÓN:

Invierte en TI. Una clase, un libro, un curso. Tu cerebro aprende: "Invierto en mí y espero un retorno."

SEMANA 4 — CELEBRACIÓN:

Celebra ganancias, aunque sean pequeñas. Cuando ganas dinero y lo celebras, tu sistema límbico CODIFICA eso como "esto es bueno".

La repetición de 4 semanas REPROGRAMAN tu amígdala.

No es magia. Es neuroplasticidad. Demostrado por investigadores como James Nestor y otros neurocientíficos.

¿Y después de 4 semanas? Repite el protocolo. Es como ir al gimnasio — necesitas mantenimiento constante para que tu relación con el dinero siga siendo saludable.

7. Ejercicios prácticos para hoy

No esperes a empezar el protocolo la próxima semana. Hoy mismo puedes hacer esto:

EJERCICIO 1: La meditación del espejo (5 minutos)

Mirándote en el espejo, di 5 veces: "Mi relación con el dinero está cambiando. Mi cerebro está aprendiendo que la abundancia es segura. Merezco prosperar." Esto suena simple, pero tu sistema límbico **REGISTRA** esta afirmación cuando la dices mirándote a los ojos.

EJERCICIO 2: El diario del dinero (10 minutos)

Escribe en un papel: "Dinero viene de: ___", "Dinero me hace sentir: ___", "Mi creencia sobre el dinero es: ___", "La verdad científica sobre mi dinero es: ___" Esto fuerza a tu corteza prefrontal (lógica) a cuestionar lo que tu sistema límbico cree.

EJERCICIO 3: La acción de hoy (30 minutos)

Hoy mismo: (1) Compra algo. Un café, una revista. Conscientemente. Di: "Merezco esto." (2) Regala algo. Aunque sea 1€ a un sin techo. (3) Invierte en algo. Una app de aprendizaje, un libro. Estas 3 acciones **HABLAN A TU CEREBRO** más que mil palabras.

EJERCICIO 4: La pregunta de la noche

Antes de dormir, hazte esta pregunta: "¿Qué creencia sobre el dinero está lista para morir en mí?" No necesitas una respuesta. Solo la pregunta activa tu corteza prefrontal a trabajar en la solución mientras duermes.

Existen muchos otros motivos por los que no llega la abundancia a tu vida, la manera en que nos hablamos, el lenguaje que utilizamos, la postura, la actitud, la acción, etc. Todas ellas están **DIRECTAMENTE** Relacionadas con la identidad y dependen de uno mismo.
De todas ellas y de crear una identidad nueva, profundizo al detalle en mis sesiones de coaching de alto impacto, porque sí, **SI** se puede crear una identidad nueva por mucho que te hayan hecho creer que no y esta **IDENTIDAD**, es la base del éxito en la vida.

8. Pasos siguientes: De la teoría a la transformación

Lo que acabas de leer son los fundamentos.

Pero la verdadera transformación sucede cuando alguien te acompaña a través del proceso.

Porque tu problema no es de INFORMACIÓN. Es de IDENTIDAD.

Mientras sigas viéndote como alguien para quien "el dinero es malo", tu cerebro seguirá saboteándote. Ganes lo que ganes, lo perderás.

La pregunta real es:

"¿Quién necesito CONVERTIRME para naturalmente generar y mantener la riqueza?"

Y esa pregunta solo se responde con alguien que ha hecho este viaje de transformación.

¿Cómo puedo ayudarte?

Tengo dos espacios para que des el siguiente paso:

1. SESIONES INDIVIDUALES (1-on-1)

Trabajo exclusivo y personalizado. Específicamente diseñado para TI. Profundizamos en tu creencia original, en el trauma específico, en tu caso único. En 6-8 sesiones, transformamos tu relación con el dinero desde los cimientos.

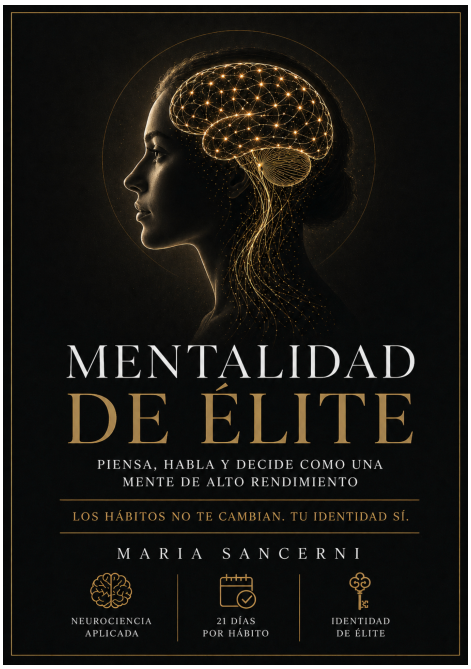
2. GRUPO "MENTALIDAD DE ÉLITE" (4 semanas)

Un grupo cerrado de máximo 8 personas. Trabajamos juntas el protocolo de 4 semanas + ejercicios adicionales. Comunidad. Testimonio. Transformación grupal. Menos intenso que 1-on-1, pero con el soporte del grupo.

¿Cómo empezar?

Si este ebook te resonó, si sientes que tu relación con el dinero está lista para cambiar: ESCRÍBEME a info@mentedelite.com y agendamos una conversación de 20 minutos SIN COMPROMISO para conocernos.

Porque el cambio no sucede solo leyendo sobre él.
El cambio sucede cuando decides que mereces vivir diferente.
Y empiezas hoy.



Maria Sancerni

Experta Universitaria en Conductas Adictivas.

Coach de Alto Rendimiento basado en **Neurociencia**

Autora del libro **Mentalidad de Elite**
Formato Kindle: https://amzn.eu/d/03kqq7ur
Formato tapa blanda: https://amzn.eu/d/0aEthIfy

SIGUEME EN REDES SOCIALES

FACEBOOK:



https://www.facebook.com/Mentedelites

INSTAGRAM:



https://www.instagram.com/mentedeelites/

TIKTOK:



https://www.tiktok.com/@mentedeelites?lang=en-GB

YOUTUBE:
https://www.youtube.com/@mentedelites



AGENDA UNA CITA EN: info@mentedelite.com