

El presente material es de carácter estrictamente informativo y está diseñado como una herramienta de autodescubrimiento y reflexión personal para la plataforma Voces del SER. El uso de esta dinámica es responsabilidad exclusiva del participante y no sustituye en ningún caso el diagnóstico, tratamiento o asesoría de un profesional de la salud mental o médica.

Derechos de Autor: Todos los derechos de este contenido y de la metodología The Threshold (El Umbral) pertenecen a Voces del

SER. Queda prohibida su reproducción total o parcial con fines comerciales sin autorización previa por escrito.

Al utilizar este documento, el usuario acepta de conformidad los Términos de Uso y las Políticas de Privacidad vigentes, los cuales pueden ser consultados en su versión completa en nuestro sitio web oficial: vocesdelser.com.

Los Dos Pilares



Voces (El Eco)

La expresión, el movimiento,
la diversidad.

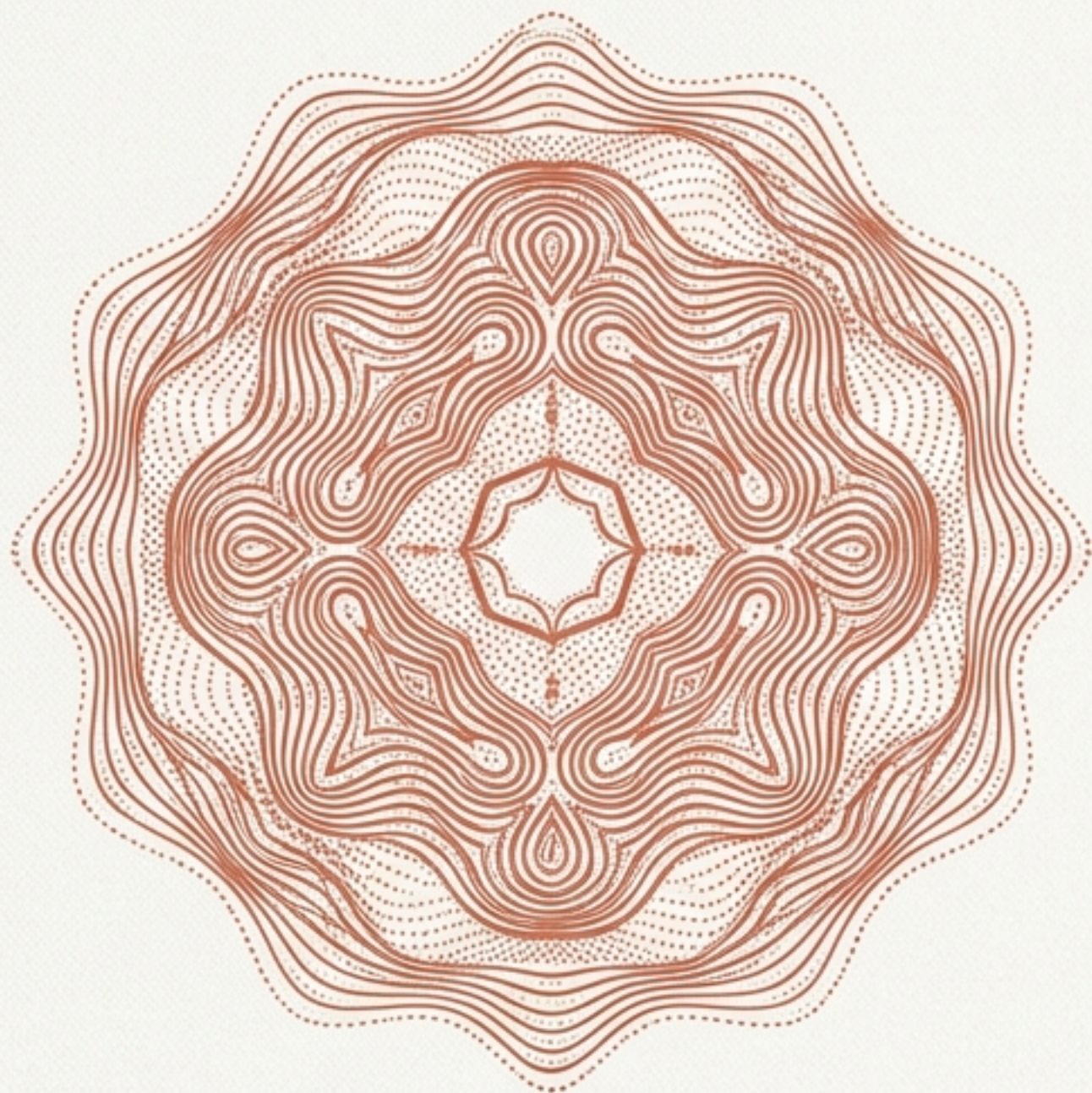


SER (El Origen)

La esencia, la permanencia,
el asiento de la realidad.

Voces: La diversidad de la expresión

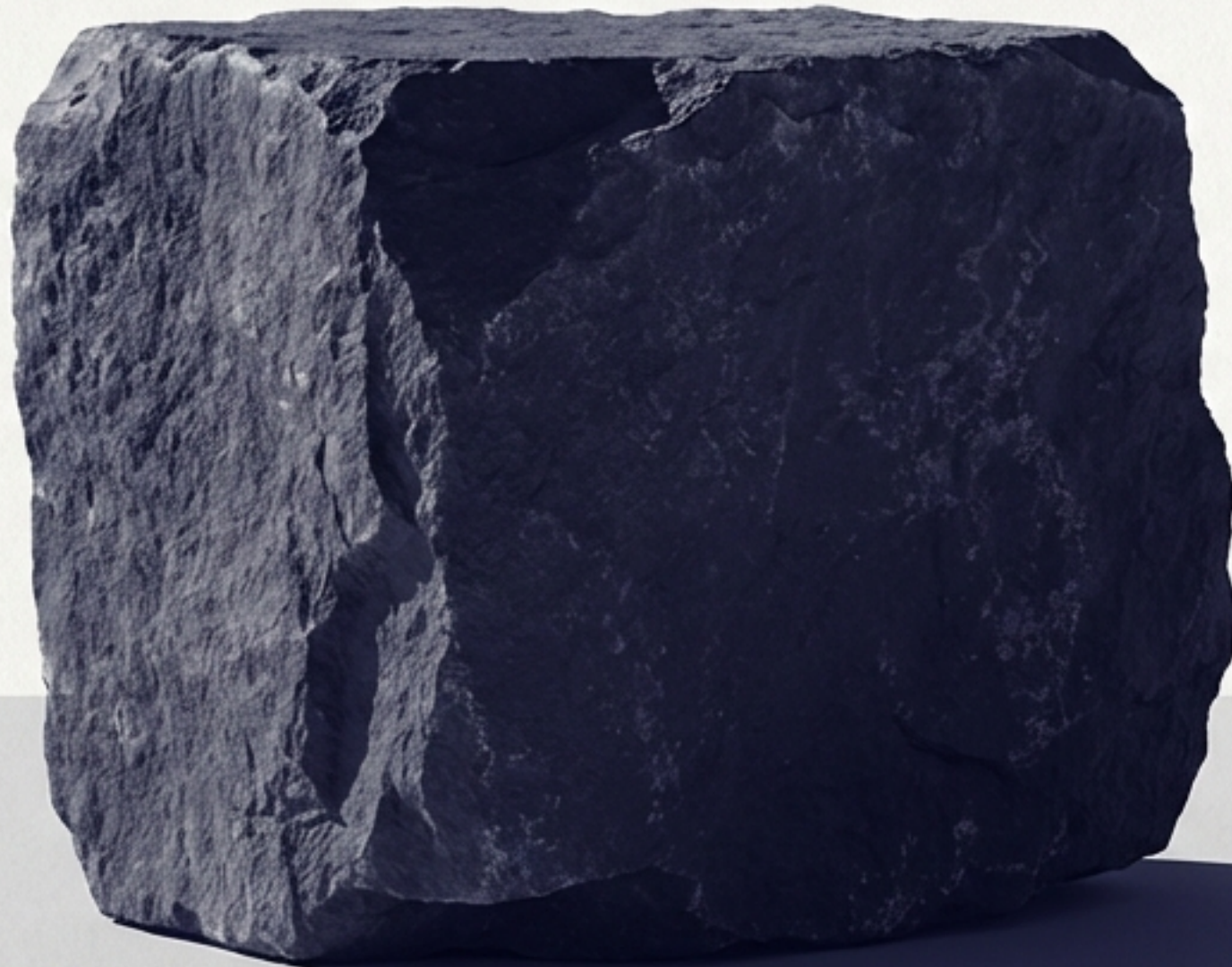
Del latín vox, vocis.



No se refiere solo al sonido de las cuerdas vocales. Es la “declaración”, el “llamado”. El uso del plural es intencional: sugiere que no existe una única forma de expresar lo absoluto. La diversidad es el vehículo.

SER: Lo que permanece

Del latín sedere (sentarse) y el indoeuropeo es- (existir).



A diferencia del 'estar', que es transitorio, el SER es la esencia pura. Es aquello que no cambia con las circunstancias externas. Es el asiento inamovible de la realidad.

El Cambio de Eje

Nuestra sociedad opera en el "tener" (posesiones) y el 'hacer' (trabajo).

'Voces del SER' propone un giro fundamental hacia el 'ser'.

La identidad
no es el rol.



Identidad vs. Rol

No eres tu trabajo.
No eres tus posesiones.
Esa es la identidad biográfica, el
“pequeño ser” construido por tu
historia y traumas. Es frágil y
circunstancial.



La Presencia Silenciosa (SER)

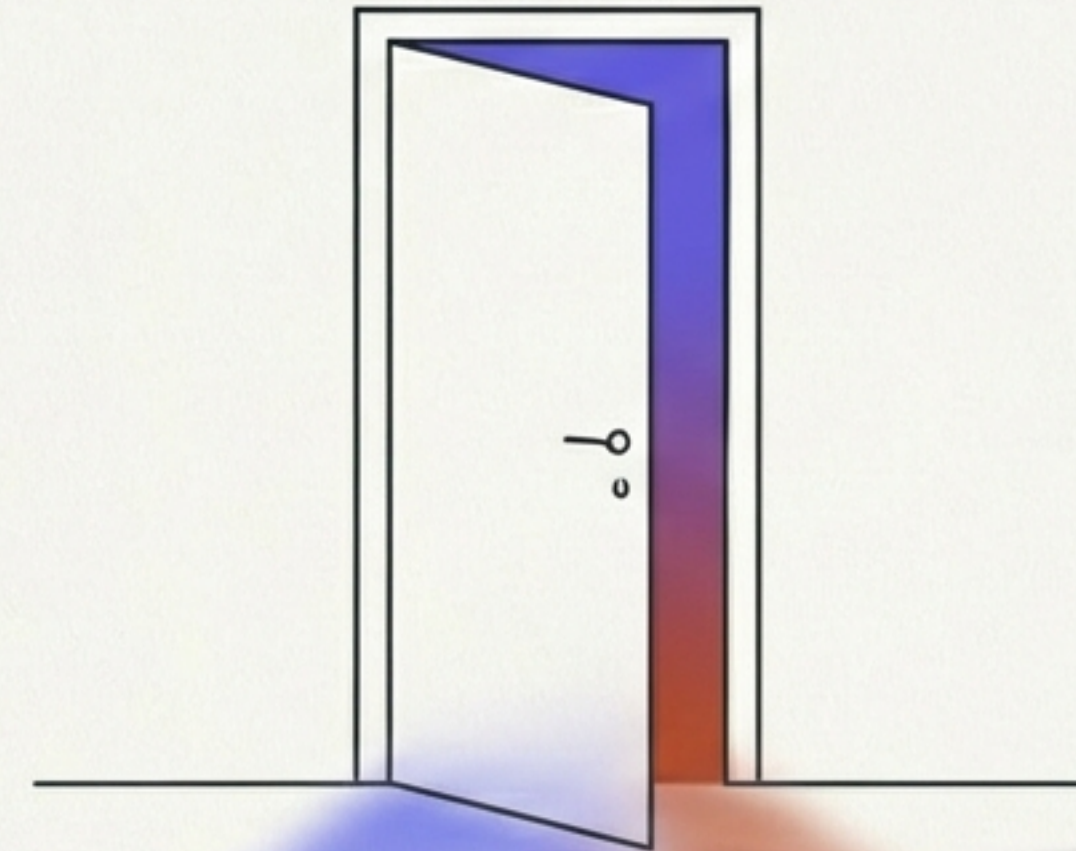
El SER con mayúsculas es el observador detrás de los pensamientos. Permite desidentificarse del ego. Cuando el ego sufre, el SER observa la experiencia sin ser dañado por ella. Es el espacio, no el contenido.



La Pedagogía del 'No-Saber'

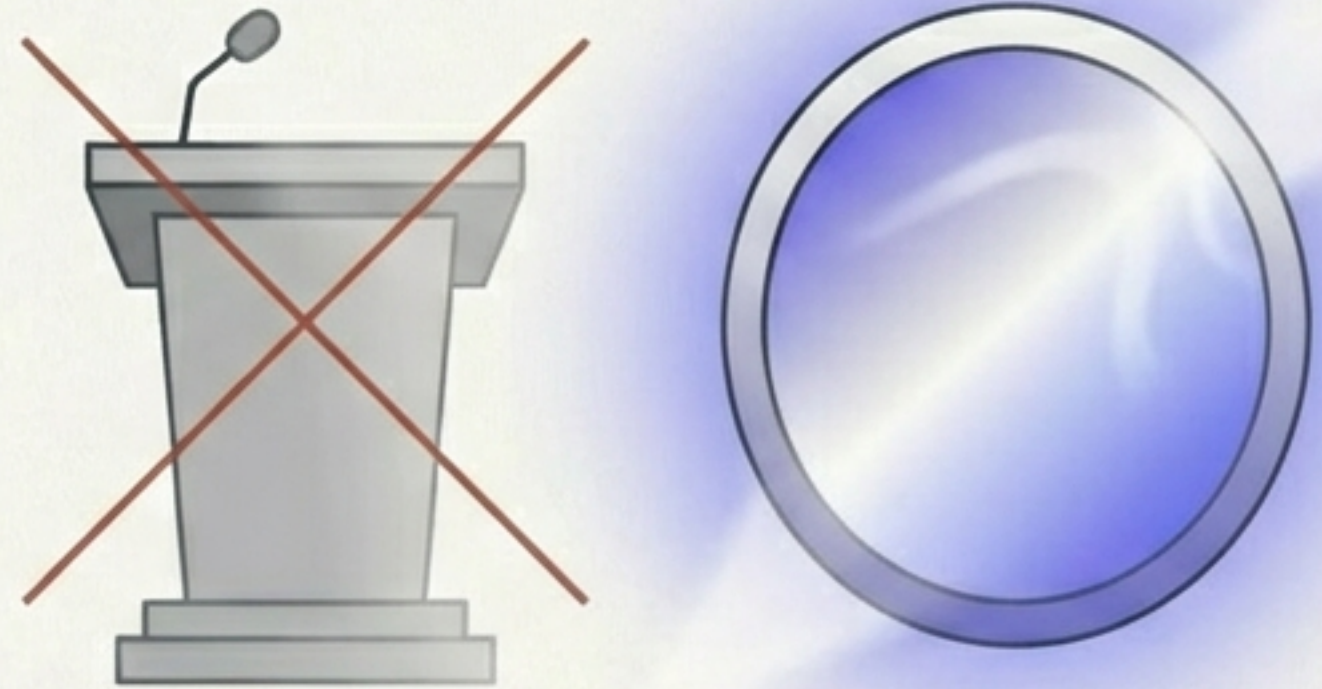
El valor educativo del nombre radica en la auto-indagación. No se trata de acumular datos, sino de discernir.

- Separar el ruido mental de la intuición profunda.
- Cuestionar las etiquetas sociales.



Un Espejo, no un Púlpito

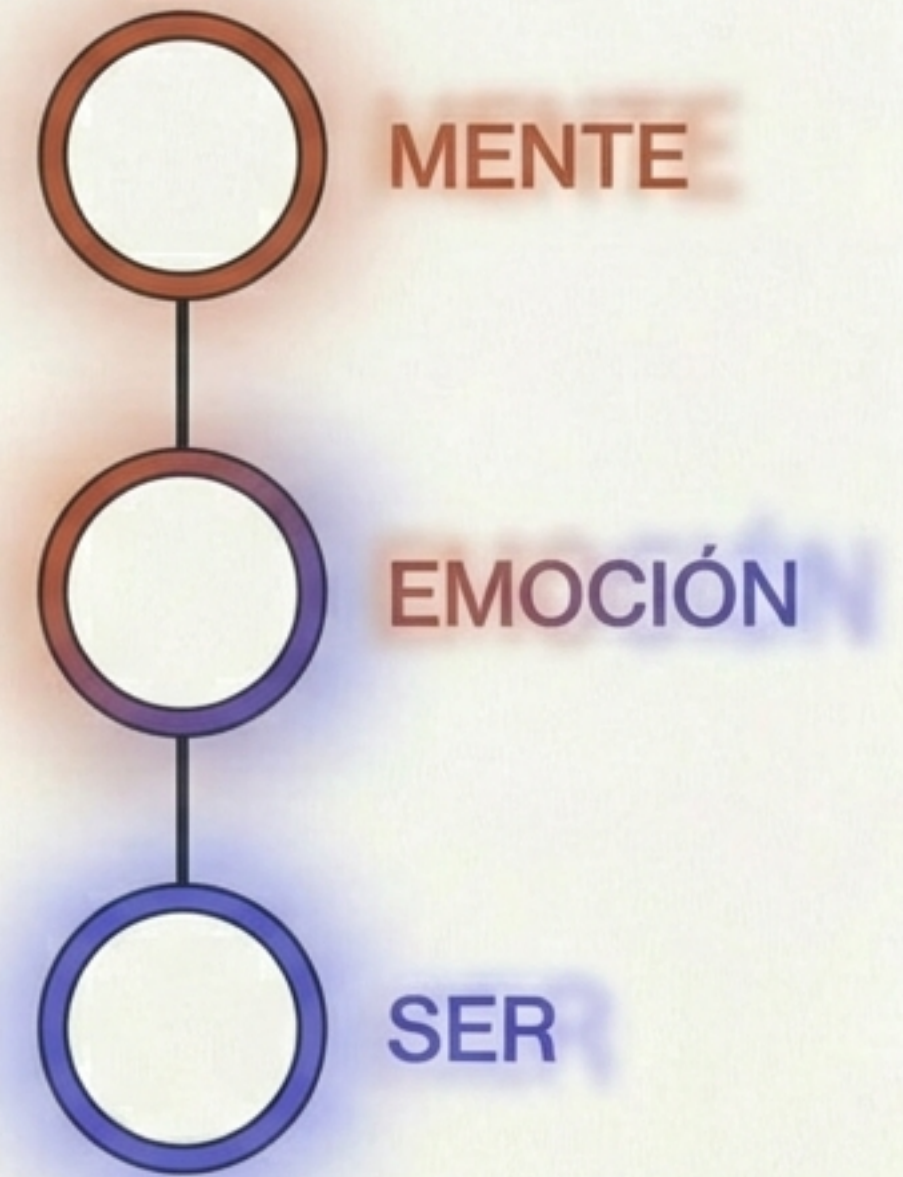
El objetivo es desarrollar la 'escucha interna'. La enseñanza no viene de afuera como un dogma, sino que emerge al mirarse mirarse en el espejo de la consciencia.



Herramienta de Práctica Diaria

El Semáforo del SER

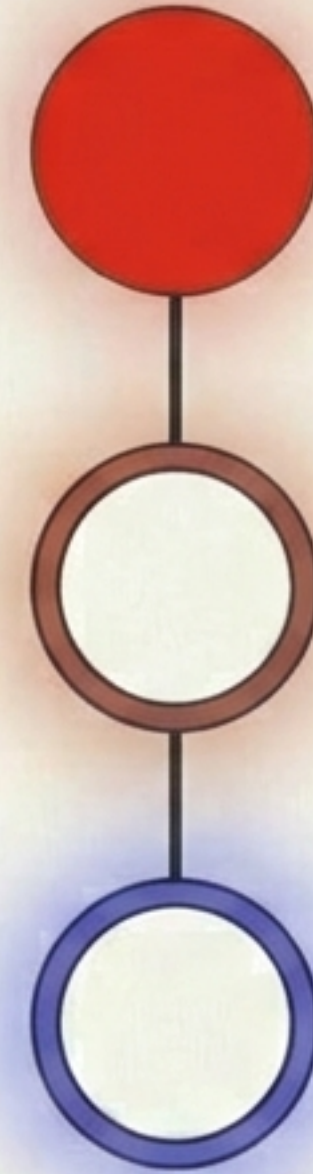
Una técnica de tres pasos para diferenciar el ego (personalidad) de la esencia (SER) en tiempo real, de forma amigable y equitativa.



1. ROJO: Observar

****Acción: Detente. Nota qué emoción sientes.****

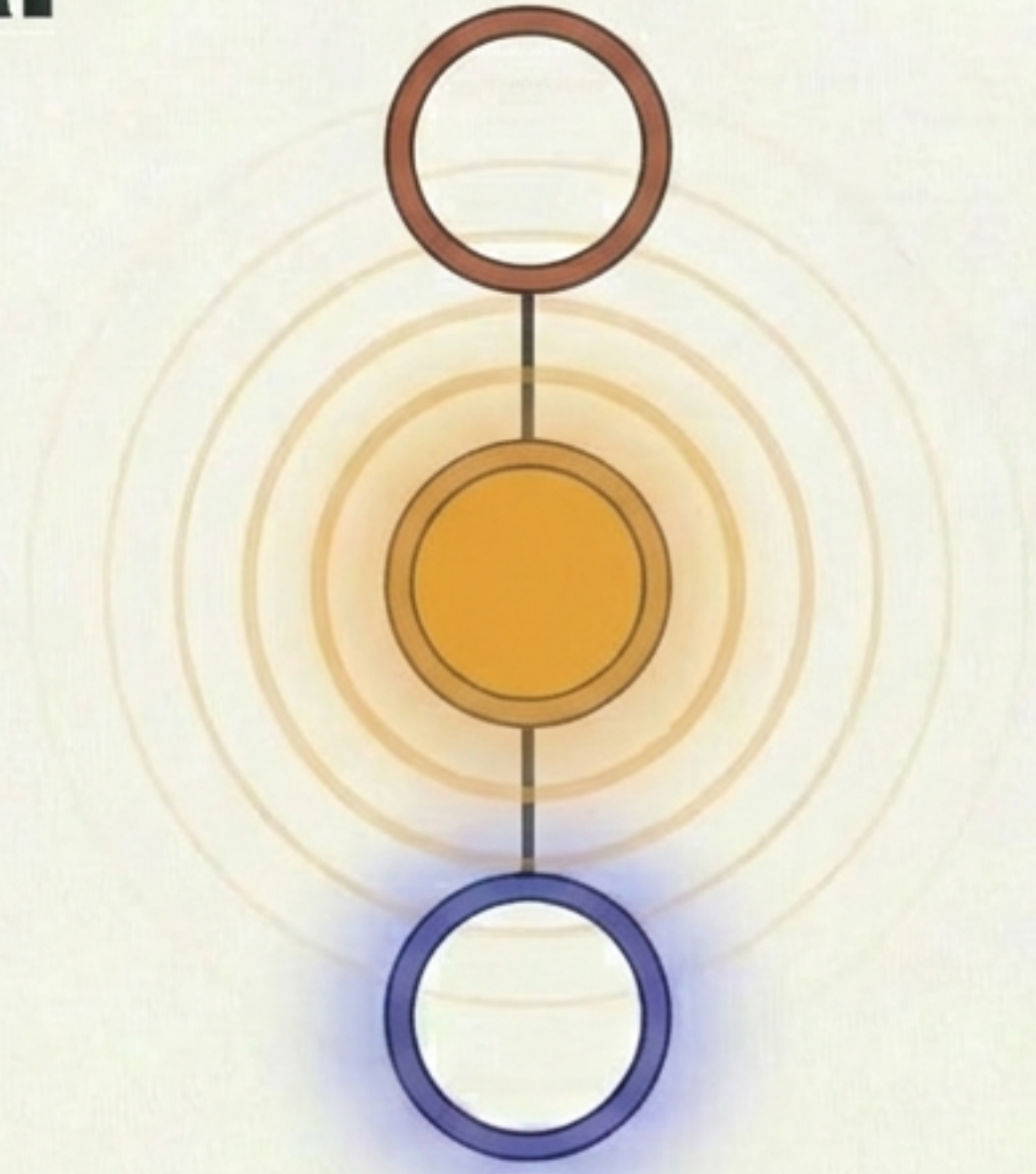
Aquí está actuando el "pequeño ser" (mi historia, mi miedo, mi condicionamiento). Reconocerlo es el primer paso.



2. AMARILLO: Espanciar

****Acción: Respira. Crea distancia.****

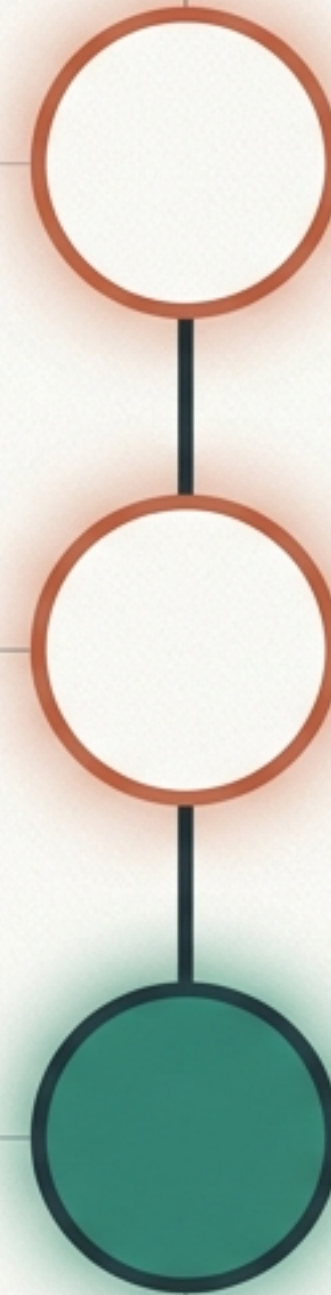
Di: “Yo soy quien observa esta emoción”. Aquí conectas con el **SER**. Te conviertes en el espacio donde ocurren las cosas, no en la cosa misma.



3. VERDE: Integrar

Acción: Pregunta. ‘¿Qué haría el SER en este momento?’

El SER no juzga, solo comprende.
La acción resultante nace de la paz,
no de la reacción defensiva.



El Mapa Completo

‘Voces del SER’ no es solo un nombre. Es una brújula para navegar desde el ruido de la personalidad hacia el silencio de la esencia.

**Voces
del SER**

Escucha las voces. Descansa en el SER.