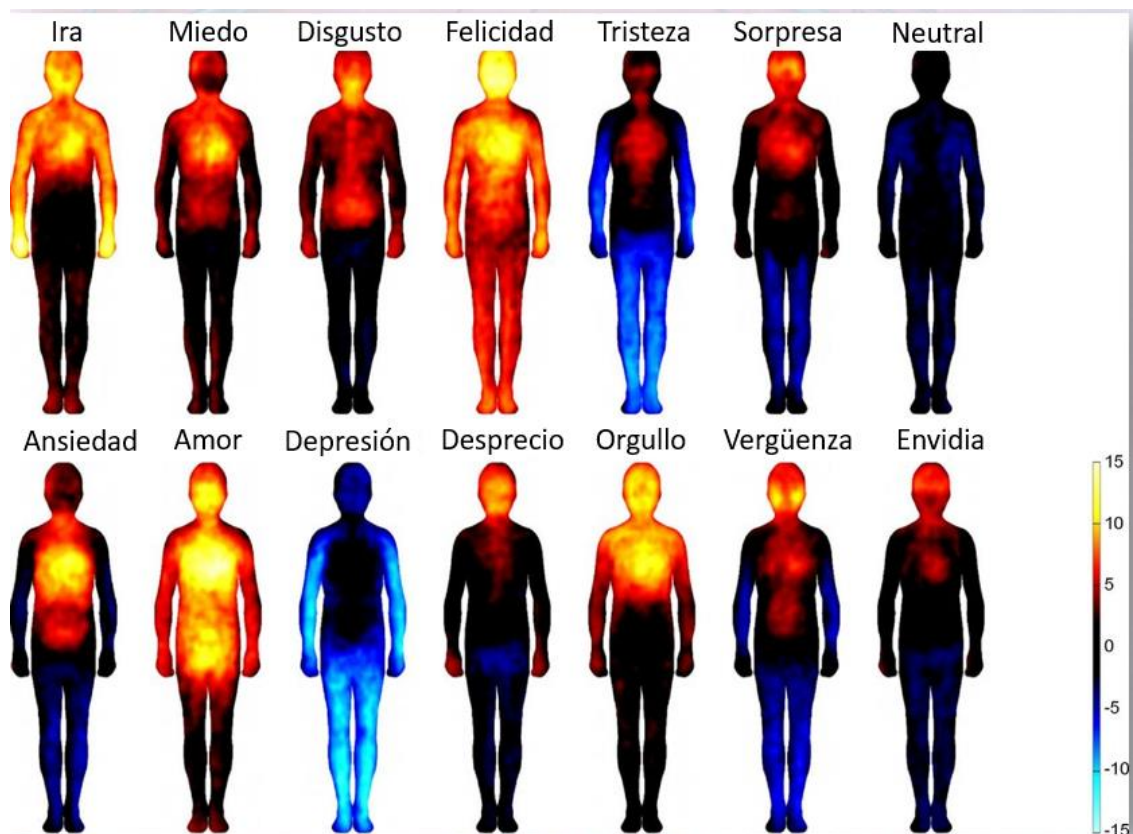

LA EMOCIÓN

En esta clase hemos definido lo que es un sentimiento, una emoción y el estado de ánimo. Hemos analizado cómo se propagan éstas en el cuerpo y brevemente hemos visto el efecto que tienen sobre él. Finalmente analizamos superficialmente los niveles de consciencia enfocándonos en lo emocional y en el hecho de que prestes atención a cuál es tu emoción predominante en un día común y corriente.

A continuación te dejamos el mapa de las emociones de la investigación de Nummenmaa así como la tabla de niveles de consciencia de Hawkins.

Mapa de emociones



Niveles de consciencia

	Visión de Dios	Visión de la Vida	Nivel de Conciencia	Nivel de Calibración Logaritmo	Emoción	Proceso Experiencia de Vida
PODER ↑	Ser Interno	Es	Iluminación	700 - 1,000	Indescriptible	Conciencia Pura
	Ser Universal	Perfecta	Paz	600	Éxtasis	Iluminación
	Uno	Completa	Alegría	540	Serenidad	Transfiguración
	Amoroso	Benigna	Amor	500	Veneración	Revelación
	Sabio	Significativa	Razón	400	Comprensión	Abstracción
	Misericordioso	Armoniosa	Aceptación	350	Perdón	Trascendencia
	Edificante	Esperanzadora	Voluntad	310	Optimismo	Intención
	Consentidor	Satisfactoria	Neutralidad	250	Confianza	Liberación
FUERZA ↓	Permisivo	Factible	Coraje	200	Consentimiento	Empoderamiento
	Indiferente	Exigente	Orgullo	175	Desprecio	Engreimiento
	Vengativo	Antagonista	Ira	150	Odio	Agresión
	Negativo	Decepcionante	Deseo	125	Anhelos	Esclavitud
	Castigador	Atemorizante	Temor	100	Ansiedad	Retraimiento
	Altivo	Trágica	Sufrimiento	75	Remordimiento	Desaliento
	Censurador	Desesperanzadora	Apatía	50	Desesperación	Renuncia
	Vindicativo	Maligna	Culpa	30	Culpa	Destrucción
	Desdeñoso	Miserable	Vergüenza	20	Humillación	Eliminación

Tarea

Tómate el tiempo de escribir con tus palabras un resumen completo de esta clase, explicando lo que tú has entendido como si quisieras contárselo a alguien más. Esto hará que profundices muchísimo en el conocimiento, que promuevas la generación de conexiones neuronales y que aprendas de verdad lo que se está transmitiendo.

Deberías hacer esto para todas y cada una de las clases del curso.