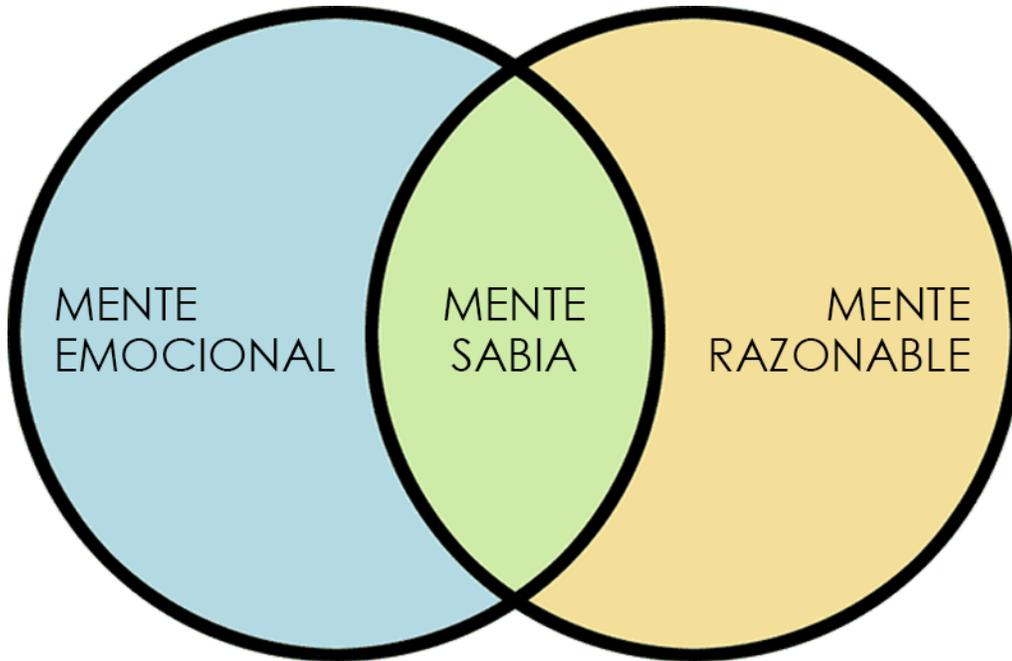


La mente sabia

Su mente tiene tres estados: la mente razonable, la mente emocional y la mente sabia. Todos tenemos cada uno de estos estados, pero la mayoría de las personas gravitan hacia uno específico la mayor parte del tiempo.



La **mente emocional** se utiliza cuando los sentimientos controlan los pensamientos y el comportamiento de una persona. La persona puede actuar impulsivamente sin tener en cuenta las consecuencias.

La **mente sabia** se refiere a un equilibrio entre la parte razonable y la parte emocional. Las personas son capaces de reconocer y respetar sus sentimientos, mientras responden a ellos de forma racional.

Una persona utiliza su **mente razonable** cuando aborda una situación de forma intelectual. La persona planifica y toma decisiones basadas en hechos.

Describe una experiencia que haya tenido con cada uno de los tres estados mentales.

Razonable	
Emocional	
Sabia	