

Guía de aprendizaje

Tres constelaciones para liberar carga y tomar la vida

Tres demostraciones muestran cómo la estructura, la observación corporal y las imágenes del sistema permiten reconocer cargas, reordenar vínculos y recuperar impulso hacia la vida.

Antes de ver el vídeo

¿Qué sabes ya de este tema? ¿Qué deseas comprender o aplicar?

Preguntas de integración

1. ¿Qué observas antes de interpretar una configuración?
2. ¿Qué carga aparece como ajena a la persona?
3. ¿Cómo comprobarías que el movimiento puede cerrarse?

Capítulos

00:00:00 · Innovar con respeto a la tradición

00:12:08 · Preparar cuerpo y presencia

00:24:16 · Configurar la primera imagen

00:36:24 · Leer posición y sensación

00:48:32 · Distinguir carga sistémica

01:00:40 · Introducir una nueva figura

01:12:48 · Cerrar cada movimiento

01:24:57 · Tomar energía para la vida