

Transcripción

Clase de semana 1

Transcripción automática revisada para lectura. Los saltos temporales enlazan con el vídeo en la experiencia interactiva.

00:00:00

Entonces, eh, para mí es un gustazo el poder

00:00:03

compartir, eh?

00:00:04

Con todos ustedes, qué es lo que queremos?

00:00:06

Lo que quiero aquí directamente es que aprendemos a conar

00:00:10

con una metodología paso a paso que nos lleva a que nos

00:00:13

lleva nosotros a nuestro origen.

00:00:15

Nos lleva lo que nosotros somos. Esa es la finalidad, vale.

00:00:19

Y por eso, pues le voy a enseñar muchos secretos que

00:00:21

normalmente no digo en ningún otro curso.

00:00:24

Por qué? Porque las formaciones de constelaciones,

00:00:26

pues simplemente mm, requieren que bueno, que se ciertas,

00:00:31

eh, cosas sobre todo del pensamiento de hellinger vale,

00:00:35

quiere decir con eso que nosotros vamos a dejar el

00:00:37

pensamiento de hellinger lado?

00:00:38

No, yo les voy a pedir a todos ustedes que

00:00:41

participen en en el grupo de té.

00:00:43

Yo voy a ir dejando allí una frase

00:00:45

porque el pensamiento de helling eres importante a la hora

00:00:48

de nosotros trabajar constelaciones,

00:00:50

porque como COS selladores, recibimos a veces muchos

00:00:54

podemos recibir, eh, mucho ataque

00:01:00

o al final no entrar en eso, pero sino saber explicar.

00:01:03

Vale, entonces por eso quiero que, eh,

00:01:06

voy a estar compartiendo una frase ya cada uno, dos días,

00:01:10

compartiré una, dos frases.

00:01:12

Quiero saber su opinión de esa frase que entienden ustedes

00:01:15

por esa frase que piensan de esa frase.

00:01:18

Y luego les daré yo mi explicación.

00:01:20

Le mandaré un audio donde le explicaré, bueno,

00:01:21

mira esta frase significa esto.

00:01:23

Y esto, esto y lo dijo helling por por tal cosa, vale.

00:01:27

Porque muchas veces no se entiende. Vale, no se entiende.

00:01:32

No, no. Mmm. Alguna gente que si ha leído hellinger pues

00:01:36

puede entenderlo un poquito más, pero otros

00:01:38

no lo no lo captan.

00:01:41

Entonces, eh, aquí es interesante que nosotros, eh, podamos

00:01:46

todo el tiempo ir trabajando con ese pensamiento

00:01:50

de hellinger de esta manera,

00:01:51

nosotros vamos a poder comprender y vamos a entender muchas

00:01:54

cosas más fácil, eh?

00:01:57

Cuando nosotros estemos, eh, trabajando en constelación.

00:01:59

Vale, entonces hoy vamos a empezar por algo que es muy

00:02:02

básico y llegue así.

00:02:03

Siempre a la gente se le pasa por alto.

00:02:05

Vale, le voy a nombrar un poquito cerca de las cosas que

00:02:08

tienen dentro del curso también

00:02:11

de que los que no han pedido la plataforma,

00:02:14

pidan su plataforma, eh?

00:02:16

Escriban al correo para al correo de robado órdenes del amor

00:02:19

para que pida su plataforma porque allí vamos a realizar las

00:02:22

para vale, si ven muy rápido, me dicen luz,

00:02:26

tengo alguna pregunta o algo?

00:02:28

Entonces segu vaya.

00:02:30

Entonces, de qué vamos a hablar esto hoy?

00:02:32

Siempre a la hora de que ustedes hacer una constelación,

00:02:35

tenemos que empezar con un propósito.

00:02:37

Para mí, eso es como mi brújula interna.

00:02:41

Y eso no se lo enseña en ninguna parte, vale?

00:02:43

Ni siquiera yo en la en la formación de constelaciones,

00:02:45

hay que tener esa brújula interna.

00:02:47

Y qué significa esa brújula interna?

00:02:49

Yo tengo que saber cuál es

00:02:56

mi intención dentro de esta constelación

00:02:59

que la mayoría de las veces nosotros no tomamos en cuenta,

00:03:02

pero es súper, súper, súper important porque, bueno,

00:03:08

porque eh, hay una

00:03:11

desde del punto de vista cuántico.

00:03:14

Y desde el punto de vista amorfo géo ah,

00:03:16

ocurre algo muy interesante.

00:03:18

Y en lo siguiente es que la mirada del observador

00:03:23

transforma lo observada.

00:03:25

Conocen esa frase, verdad? Sí. Vale.

00:03:30

Pues eso va a nosotros, es básico.

00:03:33

Vale, nuestra mirada va a transformar nuestro trabajo.

00:03:37

Entonces, vale, si yo voy,

00:03:38

imagínense un cons sellador que va a una constelación.

00:03:42

Vale. Y vale, eh, sabe que

00:03:47

este supongamos el este caso,

00:03:51

una mujer que tiene problemas con el hijo de su pareja.

00:03:56

Vale, una mujer que tiene problemas con el hijo de su

00:03:58

pareja, su pareja, el hijo de su pareja,

00:03:59

no la terminado de aceptar.

00:04:00

Entonces, claro, ya yo soy consolador, tengo experiencia,

00:04:03

estoy sobra de, te sé un poco de todo.

00:04:06

Y entonces ya yo sé que si esta mujer tiene problemas con

00:04:10

ese hijo, seguramente esa mujer no le está dando un

00:04:14

lugar a la madre del hijo.

00:04:17

Entonces yo voy con esa idea a la constelación.

00:04:20

Si yo voy ya con esa idea a la constelación,

00:04:23

porque esa es sistémica porque me he leído porque tengo

00:04:26

mucha experiencia.

00:04:28

He dañado el trabajo. Vale, por qué he dañado el trabajo?

00:04:33

Porque ya yo voy con una

00:04:36

hipótesis ya yo voy con una idea de qué puede ser esto.

00:04:40

Y entonces no me estoy exponiendo al campo con lo que es

00:04:45

vale, qué es lo que está pasando?

00:04:47

Yo puedo hacer y hay dos modelos que lo vamos a ir viendo

00:04:51

a lo largo de de todo este proceso.

00:04:53

Vale, vamos a ir esta semana.

00:04:54

Vamos a ver el propósito y la bruja, la interna.

00:04:57

Cómo se pregunta cómo se indaga?

00:05:00

Lo iremos viendo diferentes aspectos toda la semana.

00:05:02

Vamos a ir practicando, eh?

00:05:05

Los diferentes temas y a lo largo de toda, eh,

00:05:09

vamos a ir como arrastrándolo.

00:05:10

Vale, por eso les puede pedir que por favor vayan al día.

00:05:13

Por eso les publicó unos días antes de la semana,

00:05:16

le publico, le publicaré.

00:05:18

Creo que para que sea fijo y nadie se pierda.

00:05:21

Les colocaré los miércoles, eh?

00:05:23

Se le abrirán los miércoles,

00:05:24

el nuevo contenido para que lo puedan ver para la

00:05:27

siguiente semana del lunes.

00:05:28

Vale, entonces, eh decir para el miércoles ya atendían lo de

00:05:31

la segunda semana sería lo más o menos, eh, razonable.

00:05:35

Vale, entonces, cuál es la idea?

00:05:38

La idea es que si yo tengo esa Bru, la interna, yo sé

00:05:42

que voy a ir vacía demente

00:05:46

a esa constelación.

00:05:47

Yo no tengo ninguna intención.

00:05:49

No tengo intención de ordenar la vida de esta persona

00:05:54

ni pensar que sé qué es lo que pasa en esta constelación.

00:05:58

Porque si voy a, si ya a la constelación, he perdido, vale?

00:06:03

Aunque hagamos entrevistas antes,

00:06:05

aunque le pasemos un formulario a la persona para que la

00:06:08

persona lo llene, da igual, vale, yo,

00:06:11

al memento de ver a la persona,

00:06:13

me olvido de todo lo que hay.

00:06:15

Solo sé que no sé nada.

00:06:19

Absolutamente nada, porque sí, ya voy con esta idea

00:06:23

ya automáticamente perdí la constelación y obviamente no

00:06:26

estoy preparada para ayudar a esa persona.

00:06:29

Entonces yo tengo que ir sin intención, eh, eh?

00:06:32

Quiero retomar cinco frases que decía hellinger que era muy

00:06:35

importante del área de constelaciones.

00:06:37

Una es sin intención, voy sin intención. De nada.

00:06:41

Otra es sin miedo.

00:06:43

No tengo miedo a lo que puedas ponerte en el campo.

00:06:46

No tengo miedo a que pueda o no pueda contener

00:06:50

algo de esto.

00:06:51

Vale, entonces voy sin expectativa, sin intención,

00:06:55

sin juicio, sin juicio de lo que vaya a pasar a.

00:06:59

Bueno, pues yo abusé a tal persona y y yo abusé de mi hija.

00:07:04

Vale, entonces, ah, qué mal. Este padre sin juicio.

00:07:09

Vale. Y sin falso amor,

00:07:11

sin falso amor significa los siguientes.

00:07:14

Sin falso amor. Significa ese que compartir el grupo de

00:07:17

Telegram, el amor compasivo, ese terapeuta.

00:07:21

Fijense que hay una diferencia entre terapia Bush

00:07:25

y constelaciones.

00:07:27

Vale. Un terapeuta sostiene al consultante,

00:07:30

un terapeuta desde el punto de vista psicológico del punto

00:07:33

de vista psiquiátrico.

00:07:36

Entiende que él es el que sabe y el otro es el paciente,

00:07:41

vale, el otro simplemente espera pacientemente que

00:07:45

el terapeuta o el que sabe le ayude.

00:07:48

Entonces es como una ayuda de de arriba hacia abajo. Vale.

00:07:52

Entonces esta ayuda desde arriba hacia abajo que va a pasar

00:07:55

que siempre cuando yo ayudo desde arriba hacia abajo,

00:07:57

es más probable que

00:07:59

el otro tire hacia abajo que yo pueda subirlo.

00:08:02

Imagínense subir una persona.

00:08:03

Si yo estoy montada como un escritorio, vale,

00:08:06

entonces es más fácil que el otro tire hacia abajo.

00:08:08

Entonces esa es una ayuda que es la ayuda que yo me resistí

00:08:11

un poco de aceptar en la en área de psicología desde hace

00:08:14

mucho tiempo, porque no es una ayuda en la cual creo, vale,

00:08:17

entonces es la psico en la psicología.

00:08:19

Nosotros ayudamos y escuchamos al paciente y vamos a

00:08:22

dándoles técnicas y herramienta,

00:08:23

pero somos nosotros lo que sabemos.

00:08:25

El otro es paciente, el otro es pasivo, vale?

00:08:29

Y eso no es el concepto de constelaciones.

00:08:31

Por eso constelaciones a veces están fuertes. Vale.

00:08:35

Entonces algo muy, muy, muy, muy importante para todos.

00:08:39

Un coach. Pues te ayuda en un proceso,

00:08:42

te da acciones determinadas y te ayuda que tú logres un

00:08:45

objetivo determinado.

00:08:46

Vale, en constelaciones familiares

00:08:49

es una especie de ceremonia.

00:08:50

Es una especie de ritual que te empuja hace un

00:08:54

movimiento de la vida.

00:08:55

Por lo tanto, yo allí me pongo y me sitúo a la misma

00:08:59

altura que el cliente.

00:09:01

Yo no sé más que el cliente porque al final es su vida.

00:09:05

Entonces ustedes no saben el peso que quita eso.

00:09:08

Un cost sellador de encima.

00:09:10

Vale, porque yo no tengo porque

00:09:13

movilizar y llevar a una solución,

00:09:16

no el cliente marca el límite.

00:09:19

El cliente con su rapport,

00:09:22

con lo que estoy viendo en el otro va marcando el límite.

00:09:25

Yo no puedo marcar el límite del cliente.

00:09:28

Entonces yo simplemente me expongo allí.

00:09:29

Entonces, recuerden estas palabras se los voy a colocar en

00:09:32

el curso en los sales a colocar sin miedo,

00:09:37

sin expectativas, eh?

00:09:39

Decir sin miedo, me expongo al campo.

00:09:42

No tengo terror de dañar al otro. Vale?

00:09:45

Porque al final somos dos iguales.

00:09:49

Entonces no voy a dañar al otro porque yo

00:09:51

no soy el que esté más.

00:09:54

Vale. Entonces, sin miedo, sin expectativas,

00:09:58

no espero nada de ese trabajo.

00:10:00

Absolutamente nada. Absolutamente.

00:10:04

Yo como co el adorno. No espero absolutamente nada.

00:10:07

Sin falso amor. No quiero sostener. Pobrecito esa mamá.

00:10:12

Caramba. Cómo es posible que la pareja le haya sido infiel?

00:10:15

Entonces yo me paralizó por el cliente.

00:10:18

Cuando si yo viví de una situación de in silio si yo me

00:10:21

parcial hizo con el cliente en contra del marido allí estoy

00:10:24

perdiendo una acación vale, entonces, sin expectativas,

00:10:29

sin juicio, no hago juicio de lo que es.

00:10:32

Hizo. No hizo tanto el cliente como las

00:10:35

personas a su alrededor.

00:10:36

Vale, eh? Sin expectativas. Sin juicio, eh?

00:10:41

Sin falso amor. Y mmm, sin intención.

00:10:45

Vale, no intención. Absolutamente nada.

00:10:48

Voy a una constelación sin intención.

00:10:50

Voy a una constelación desde ese centro vacil vale,

00:10:54

entonces, primero para encontrar esta brula interna,

00:10:57

qué hago yo antes de una constelación

00:11:02

respiro profundamente, tomo tres, cuatro,

00:11:07

cinco las que necesite

00:11:12

y me centó.

00:11:14

Vale, y me pregunto,

00:11:19

hay algo aquí que yo quiera en ese momento como consolador

00:11:23

ojo, cómo consolador aquí?

00:11:25

Todos los vamos a estar haciendo cómo consoladores.

00:11:29

Entonces, hay algo que yo quiera

00:11:31

conseguir de esta constelación.

00:11:36

Entonces me pregunto si ella lo que yo quiero conseguir,

00:11:39

porque puede pasar, oye, mira, está acosando un caso de,

00:11:43

no sé de de dinero, yo tengo problemas de dinero.

00:11:47

Entonces, ah, que quiero yo esta constelación.

00:11:49

Pues nada que me ayudo a ver a mi luce ahmm

00:11:52

me hecho para atrás lo más que pueda.

00:11:55

Me echo hacia atrás detrás siempre,

00:11:59

ya sea que esté trabajando en online o que esté trabajando

00:12:01

presencial, mira aquí detrás de mí.

00:12:04

Si pueden ver por allí atrás, hay una lam parita de sal.

00:12:08

Si la pueden ver allí en la esquina.

00:12:10

Vale, esa lamparista de sal muchas veces yo la entiendo

00:12:13

sobre todo que estoy haciendo constelación.

00:12:14

Por qué? Porque para mí,

00:12:16

esa lamparitas de sal representa mi sistema, vale,

00:12:19

representa a mi familia.

00:12:21

Entonces yo, de vez en cuando,

00:12:23

simplemente me he e hecho un poquito y todo hace atrás o

00:12:25

hecho, o me pongo en el asiento y me he e

00:12:28

hecho totalmente hacia atrás.

00:12:29

Vale? Porque de esa manera, sí,

00:12:31

hay alguna intención de mi parte.

00:12:34

Si hay algo que se movió en mí,

00:12:36

entonces yo me hecho para atrás, dejo espacio para atrás,

00:12:41

vale, para recorrer este camino y a apoyarme mi

00:12:45

sistema familiar.

00:12:46

Y qué pasa si hay una expectativa de si yo

00:12:49

tengo un problemas de dinero?

00:12:51

Entonces voy a, eh, esto me mueve a mí.

00:12:56

Entonces esto, yo estoy viendo lo mío en el client.

00:12:58

Entonces se lo entrego mis hi familiar.

00:12:59

A ver, le entrego esto. Esto no es parte de mí.

00:13:04

Estoy al servicio de algo más grande.

00:13:07

Entonces, por detrás de la silla,

00:13:08

yo estoy recogiendo mi sistema, mi historia,

00:13:12

y no estoy allí dentro.

00:13:13

Y entonces me limpio allá detrás

00:13:16

y vuelvo otra vez al campo y entro otra vez al campo.

00:13:19

Si estoy en físico, si estoy sentada en el escritorio,

00:13:22

pues simplemente con echarme hacia adelante o hacia atrás,

00:13:26

pues simplemente estoy lo que han leído en mi libro, eh?

00:13:30

Después como terapeuta,

00:13:31

saben que yo tengo esas posiciones del consolador.

00:13:33

Vale, cuando soy aquí pegadita estoy tú y yo somos uno

00:13:37

cuando estoy aquí, puedo ver con perspectiva.

00:13:40

Y cuando estoy aquí, estoy llena de recursos

00:13:42

y me hiciste una familia.

00:13:44

Vale, entonces lo primero es esa brújula interna,

00:13:47

saber a dónde quiero ir yo con esta

00:13:49

constelación de esa persona.

00:13:51

Quiero demostrar que yo sé mucho perdido.

00:13:54

Quiero ayudar a esa persona. Estoy perdido.

00:13:58

Mm, tengo la expectativa de que esa persona vea

00:14:01

la realidad de su marido.

00:14:03

Estoy frita. Tengo la intención de que esta persona,

00:14:08

pues simplemente se haga adulta.

00:14:10

Estoy frita, vale?

00:14:12

Porque van contra esas cinco premisas de hellinger que la

00:14:16

mayoría de los consoladores que se han form

00:14:18

ahora lo han olvidado.

00:14:20

Pero todos los que nos formamos originalmente con heiger

00:14:23

teníamos esas cinco y hellinger

00:14:26

cada vez que iniciaba un taller,

00:14:28

lo iniciaba de esa manera con esas cinco frases.

00:14:31

Vale, entonces, si yo las tengo clara,

00:14:34

es más sencillo ir de la consolación.

00:14:37

Entonces, directamente me centro mi espacio

00:14:42

interno, ese espacio vacío donde yo no quiero

00:14:47

lograr nada en la consolación.

00:14:48

Yo solamente me expongo al campo.

00:14:52

Me expongo a lo que es y a lo que el sistema del

00:14:56

consultante y el consultante permitan que yo vea.

00:15:01

Vale, entonces voy a ir caminando despacito por eso

00:15:06

voy a pararme aquí y quiero preguntarle a ver si tienen

00:15:09

alguna dudas, mientras que be perfectos.

00:15:12

Vale, entonces esto lo tenemos que tener en cuenta todos que

00:15:16

no se nos puede olvidar nunca.

00:15:18

Yo voy a ese centro vacío a la consolación.

00:15:21

Ese allí empieza la constelación. Eso.

00:15:24

La mayoría de los consoladores se la pasan por alto porque

00:15:26

ya dicen ya yo sé que esto es porque la mujer lo abandonó.

00:15:29

Ah, ya yo sé, porque es diferente.

00:15:31

Bueno, nosotros estamos haciendo una configuración cuando

00:15:33

nosotros somos costel normalmente solemos hacer

00:15:36

configuraciones o si somos psicólogos, por ejemplo,

00:15:39

a veces utilizamos una configuración,

00:15:41

pero no llegamos a costar una configuración.

00:15:44

Es diferente. Bueno, lo vamos a ver en,

00:15:46

creo que en la segunda semana,

00:15:48

una configuración es diferente porque en la configuración,

00:15:51

lo que yo voy a hacer sacar es como una

00:15:53

fotografía interna de esa persona.

00:15:54

Y no voy a hacer más nada.

00:15:56

Probablemente lo hago con fines de diagnóstico.

00:15:58

Vale, entonces fíjense que hay una intención.

00:16:00

Por lo tanto, no es una consolación.

00:16:01

Hay una intención de hacer sacar un diagnóstico,

00:16:04

de acuerdo a esto que yo estoy viendo.

00:16:06

Entonces eso es una configuración sistémica.

00:16:09

Por eso a mí me gusta llamarla con ese nombre que muchos

00:16:12

consoladores no la llaman con ese nombre.

00:16:14

A mí me gusta llamarla con ese nombre porque

00:16:16

realmente es una configuración.

00:16:17

Cuando helling era hacía los ejercicios, eh?

00:16:20

En los talleres, él así, vamos a hacer un ejercicio aquí.

00:16:24

No era una constelación, vale, una constelación.

00:16:27

Había todo movimiento, en cambio, un ejercicio.

00:16:29

A veces queríamos ver que pasaba, ah, vale,

00:16:32

que pasaba con el niño.

00:16:33

Y tal la mamá tal hacíamos un ejercicio sistémico o una

00:16:37

configuración sistémica,

00:16:38

pero no se llegaba a conar que cocear es hacer todo el

00:16:42

protocolo de la constelación.

00:16:43

Vale? Pero como no queda muy claro esto,

00:16:46

entonces mucha gente cree que cuando está configurando que

00:16:49

está haciendo un diagnóstico,

00:16:50

eso es una constelación y no lo es.

00:16:52

Vale, entonces, porque hay una intención de

00:16:54

terminar, vale, hasta aquí.

00:16:56

Claro esto. Los que son consejeros, lo siento mucho,

00:17:00

pero yo sé que hay muchas cosas que le van a rechinar por

00:17:03

eso les dije que este curso era para valiente.

00:17:06

Vale a lo que son congeladores muchas cosas le van a

00:17:09

rechinar porque van a decir esto que es, vale,

00:17:11

entonces el eso es el primer punto,

00:17:13

empezar con esa brújula interna clara.

00:17:17

Segundo punto, saber

00:17:21

preguntar al cliente, ustedes tienen en su curso, eh,

00:17:26

las expectativas, un cierto,

00:17:27

porque todos deben de tener el curso de

00:17:29

especialización abierto.

00:17:30

Vale. Y ahí hay algo que se llaman las preguntas.

00:17:34

Vale, preguntas inds nosotros tenemos que

00:17:37

indagar en el cliente.

00:17:39

Para qué? Para delimitar el tema.

00:17:41

Vale, entonces cuando nosotros indagamos en el cliente,

00:17:45

quizás vamos a hacer esto, eh,

00:17:48

que es un común común que lo veo una y otra vez.

00:17:52

A veces mi propio estudiante que me provoca reforzarle las

00:17:55

orejas cuando cuando lo hacen,

00:17:57

cuando lleguen agarre y hacen esto.

00:17:59

Ah, vale, eh? Pues este es que a mí, eh, yo siento que,

00:18:05

eh, mi pareja, eh, no me quiere.

00:18:08

Vale, ajá. Vale, seguramente tú también.

00:18:11

Este sentías que tu papá no te quería.

00:18:14

Fíjense lo que estoy diciendo.

00:18:16

Estoy sugestionando al cliente. Vale.

00:18:21

Ah, tu papá tampoco te quería.

00:18:23

Entonces es que se sucede que yo lo que la estoy llevando la

00:18:26

persona, estoy desviando la atención de las personas en su

00:18:29

relación de pareja a lo del padre.

00:18:31

Es decir, eso es una sugerión.

00:18:32

Eso no es una indagación limpia aquí.

00:18:35

Tiene que ser una indagación limpia.

00:18:36

Si un cliente, y eso es una técnica fácil,

00:18:40

cómo hacemos nosotros para hacer una indagación limpia

00:18:46

para fraseamos las palabras del cliente?

00:18:49

Si el cliente dijo a ver, yo tengo, bueno,

00:18:52

ahí tengo un lucía que van a trabajar ustedes con lucía

00:18:55

lucía que les va dar dar caña acerca de hacer esa indagación

00:18:59

limpia donde ustedes van a practicar y van a ver si saben

00:19:02

hacer esa indagación limpia o no.

00:19:04

Vale, entonces, eh,

00:19:07

qué van a hacer directamente ustedes allí?

00:19:10

Pues, directamente, mm,

00:19:14

van a preguntarle al consultante, por ejemplo,

00:19:16

si el consultante eso, yo siento

00:19:18

esto que me revuelve el estómago.

00:19:20

Ah, vale, qué interesante. Cu un poquito cerca de esa.

00:19:23

Este revolver tu estómago.

00:19:26

Ah, es que mi mamá, eh,

00:19:29

me maltrataba a ver exactamente qué quieres decir con te

00:19:33

maltrataba porque no va a decir, es decir, tu mamá

00:19:36

te agredía físicamente ya.

00:19:37

Entonces yo ya, supongo que la agredía físicamente cuando

00:19:40

realmente había un maltrato verbal.

00:19:43

Entonces yo quiero saber profundizar más en eso.

00:19:46

Cuéntame un poco cómo era de que eso tu mamá te maltrataba,

00:19:48

te maltrataba cómo te maltrataba?

00:19:50

Ah, pues me decía tal pozo.

00:19:52

Entonces ya me DIY cuenta que no es un maltrato físico.

00:19:53

Es un maltrato verbal. Vale, em.

00:19:57

Ah, bueno, es que mi mamá maltrataba porque quería más

00:19:59

a mis her, hermano a mi hermano.

00:20:02

Vale, entonces ahí me doy cuenta que es una

00:20:05

y no es un hecho, sino que es una perfección.

00:20:07

No hay un maltrato, sino mi,

00:20:08

yo percibo que mi madre me maltrato.

00:20:11

Vale, entonces, porque de esta manera mire ya nada

00:20:14

más una constelación.

00:20:15

Si ya yo voy con un centro vacío.

00:20:17

Vale, voy con él, estas cinco cosas sin estas cinco cosas.

00:20:22

Y además de esto,

00:20:24

le hago las preguntas adecuadas al cliente a una

00:20:28

indagación limpia.

00:20:30

Ya tengo el c percent del

00:20:35

trabajo de la constelación.

00:20:36

Es porque grave problema que tenemos casi todos

00:20:39

es que no nos hacemos las preguntas adecuadas.

00:20:43

Asumimos, inferimos, interpretamos,

00:20:47

pero no nos hacemos las preguntas adecuadas.

00:20:49

En cambio, él constel me va a hacer las preguntas adecuadas.

00:20:54

Vale, entonces, de repente, yo siento, ah,

00:20:56

pues cada vez que pienso a mi mamá,

00:20:57

se me revuelve el estómago, pero no pienso en eso.

00:21:00

Sigo con eso. Y tiro palante tiro para adelante.

00:21:02

Pero el consolador cuando yo lo nombro y condor me va a

00:21:06

preguntar, entonces me va a ser consciente.

00:21:09

Y recuerden una cosa por allí se los escribí todo aquello

00:21:12

que se hace consciente se puede sanar,

00:21:15

pero aquello que no se nombra no se puede sanar.

00:21:20

Entonces, vale, yo tengo que hacer consciente

00:21:25

nombrarlo para poder sanar.

00:21:28

Entonces, si yo no lo digo, no,

00:21:29

no lo expreso o lo estoy expresando, y no soy, fíjate,

00:21:32

yo puedo expresar un cliente.

00:21:34

Puede expresar 1000 cosas,

00:21:36

pero no es consciente de lo que está expresando yo.

00:21:40

Si tengo que ayudarlo a hacerse consciente

00:21:44

o el cliente puede ser consciente de algo,

00:21:47

pero no lo expresa y tampoco puede sanar.

00:21:50

Entonces yo tengo que in hacer esa indagación limpia para

00:21:53

que el otro pueda realmente sanar y pueda

00:21:59

nombrar mal.

00:22:01

Entonces, hasta aquí, claro o no? Sí, clarísimo.

00:22:06

Genial. Vamos a haber un ejemplo porque a mí me

00:22:09

gusta, yo soy muy de ejemplo.

00:22:10

No crean que voy a estar hablando aquí todo el rato.

00:22:12

A mí me tienen que hacer una cosa.

00:22:14

A mí me tienen que ya les digo,

00:22:17

me tienen que frenar, vale?

00:22:19

Y les digo que cada uno de ustedes cuando vean que meter me

00:22:22

estoy excediendo, levanten la manito, diga haber luz,

00:22:25

vas muy aprisa, vale?

00:22:27

Incluso en el contenido,

00:22:28

me he frenado para no poner más de lo que debo,

00:22:32

porque normalmente los que tienen mucho tiempo conmigo,

00:22:34

los que tienen cursos conmigo y otras cosas saben que yo me

00:22:37

desplayo y y suelo dar mucho.

00:22:39

Entonces, la idea de este curso es que de lo esencial para

00:22:43

que ustedes sepan y se sientan seguro y

00:22:45

sepa lo que estén haciendo.

00:22:47

Y luego después que ya tenga mucho,

00:22:48

pues yo puedo seguir dando más, pero que lo que vayan,

00:22:51

logrando lo que vayan avanzando

00:22:54

es el firme en eso que estén avanzando.

00:22:55

Vale? Así que si alguno siente que voy desbocada como un

00:22:58

caballo por ahí desbocado, como ayudando, siempre

00:23:01

me ponen un frenazo.

00:23:02

Vale, please, por favor, dime, sole.

00:23:07

Te quería preguntar algo que me llama la tío.

00:23:09

Entonces, si el cliente en eh tiene,

00:23:13

es consciente de algo que le ocurre de todas maneras,

00:23:16

es necesario que le exprese no

00:23:18

el expresar lo que le ocurre el hablarlo.

00:23:22

El sacarlo no es lo importante para poderlo años, no

00:23:25

Exactamente. Sí.

00:23:26

De todas manera, vamos a ir aprendiendo que cosas debe

00:23:29

decir el cliente y que cosas no porque ahí las cosas que el

00:23:32

clientes tiene que aprender a diferenciar lo que son hechos,

00:23:35

lo que son interpretaciones y los que son

00:23:38

juicios, vale?

00:23:40

Porque el cliente da interpretaciones, hace juicios

00:23:43

y hace y, y hay hechos.

00:23:46

Entonces, con qué trabajamos? Los cost?

00:23:48

Selladores con los hechos con lo demás no trabajamos.

00:23:52

Entonces ese es el verdadero asunto que la mayoría de las

00:23:55

veces empezamos a trabajar con interpretaciones del cliente

00:23:57

a mi mamá no me quería eso es una interpretación, vale?

00:24:03

Porque tú estás dentro de tu mamá para

00:24:05

saber que tu mamá no te quería.

00:24:06

Por ejemplo, no, no lo sabemos.

00:24:08

Entonces sabemos que es una interpretación o un juicio que

00:24:10

esa persona está haciendo de la madre,

00:24:12

pero no es la realidad.

00:24:14

Ah, mi mamá me maltrataba físicamente.

00:24:17

Vale, eso es un hecho. Es una realidad.

00:24:19

Es algo que pasa mi papá abusó de mí sexualmente.

00:24:23

Eso es un hecho. Vale, mi pareja me fue infiel.

00:24:26

Es un hecho, pero es diferente.

00:24:29

Ah, yo creo que mi pareja me es infiel.

00:24:31

Mm, eso es una interpretación. Vale.

00:24:34

Entonces yo trabajo con los hechos,

00:24:36

no con los juicios ni la interpretación.

00:24:39

La mayoría de la gente se causa sus propios sufrimiento

00:24:43

a partir de los juicios que hacemos o de las

00:24:45

interpretaciones que hacemos de las cosas.

00:24:47

Vale, no es lo que me ocurre,

00:24:49

sino como lo interpreto o qué juicio hago yo.

00:24:52

De eso me si. Ah, tengo tal enfermedad. Ay.

00:24:56

Es que me voy a morir después de esto.

00:24:58

Es que ya estoy en las últimas, es que ya no puedo.

00:25:01

Entonces eso me quiero un sufrimiento innecesario que es

00:25:03

diferente que yo.

00:25:04

Bueno, esto es una oportunidad de crecer,

00:25:06

de evolucionar y de avanzar.

00:25:07

Genial. Vamos, nos vamos dando cuenta la diferencia.

00:25:11

Vale, entonces nos puedes pasar 1000 cosas,

00:25:13

pero como yo la interprete.

00:25:15

Sí, sole.

00:25:18

No, no, ya yo terminé. Ya no tengo más nada.

00:25:21

Vale, genial. Bueno, no digo que si te quedó claro.

00:25:24

Sí. Y que genial. Genial.

00:25:27

Alguna otra pregunta para seguir?

00:25:31

Yo hola a todo. Hola, Venecia. Ho, qué gustazo

00:25:35

Igualmente, eh, frente a la

00:25:38

las indagaciones o de del cliente,

00:25:42

es necesario hacer una intervención o hecho de por ahí no

00:25:46

poner la atención en eso es suficiente a

00:25:51

Ver a ver si te explicas un poquito

00:25:54

mejor para poderte entender.

00:25:55

Pero no te entendí

00:25:57

Por ahí. Por ejemplo,

00:25:58

no, eh, un cliente que venga

00:26:00

a al motivo de contact con estas intenciones o o estas

00:26:05

intenciones propias,

00:26:07

si el constel tiene que como poner un freno en palabras,

00:26:11

digamos a eso,

00:26:13

o si con el hecho de por ahí dejarlo pasar y no no llevar la

00:26:17

atención ahí ciente.

00:26:19

Vale, lo importante es no.

00:26:21

Si el cliente ya estábamos que casi todos me metimos

00:26:24

juicios e interpretamos, vale?

00:26:25

Y es que hay otra causa de lo que me ocurre

00:26:30

a mí allá afuera en algún lugar que aquí dentro.

00:26:33

Entonces, claro, siempre va a ver mucha

00:26:35

interpretaciones en muchos juicios.

00:26:36

Lo importante es yo no quedarme enganchada en este juicio,

00:26:40

esa interpretación que hizo el cliente y cocear eso.

00:26:45

Eso si no, vale, si no, simplemente vale.

00:26:48

Pues puedo explorar para que el otro siga expresando si

00:26:51

quiero, si me gusta que hablen, yo

00:26:53

so suelo ser muy parca de de palabras, a veces le quito, eh,

00:26:58

todo esa morray hay otros cosel que tienen más un estilo que

00:27:01

simplemente le gusta dejar conversar al cliente y está bien.

00:27:05

También es como cuestión de estilo. Vale, em.

00:27:09

Mm, lo importante es no quedarse enganchado.

00:27:12

Ah, su interpretación o eso juicio que hizo al consultante.

00:27:15

Y entonces llegar ir y voy a costear esto porque

00:27:18

eso es la no.

00:27:19

Vale, entonces simplemente vale, yo puedo pasarlo por alto.

00:27:22

Puedo indagar más en eso.

00:27:24

Si quiero simplemente y ayudándola a que tome conciencia de

00:27:28

que haga alguna interpretación, puede ser,

00:27:30

si es que quiero o no.

00:27:32

Vale, depende del estilo de cada costs sellador.

00:27:35

Vamos de, vamos a ir depurando un poquito. Eso vale.

00:27:38

Pero eso lo vamos a hacer a través de la práctica. Genial.

00:27:41

Gracias. Venecia. Algún otro,

00:27:45

Eh, hoy, eh, cuando te quería,

00:27:51

Sigamos. Qué

00:27:52

es? Qué tema, eh? Del ismo? Qué?

00:27:55

Qué es lo que pasa con el ismo?

00:27:58

Hace más o menos, eh,

00:28:03

tres años aproximadamente.

00:28:05

Tengo ismo y

00:28:08

me pasa que en los síntomas generales, estoy

00:28:12

casi todo el día con los dientes apretados.

00:28:15

Tengo mucha atención en la mandíbula.

00:28:19

Y bueno, al punto de que a veces me despierto y y tengo

00:28:22

hasta migr gras de

00:28:24

de tener los dientes apretado, eh?

00:28:28

Me genera mucha incomodidad en el día a día porque me genera

00:28:33

mucha atención en general.

00:28:35

Vale. Hay algún hecho en particular que te hizo que

00:28:40

que desarrollaras el Bru.

00:28:42

Mmm, que pasaba hace tres años, que fue lo que pasó que

00:28:46

empezastes a sufrir el Bru,

00:28:49

Eh, yo por ahí lo asocio a

00:28:52

a que justamente hace tres años,

00:28:54

pero ahí me estaban pasando muchas cosas

00:28:56

y era la forma que yo tenía de

00:28:59

quizás como de canalizar no todo eso que me estaba pasando

00:29:03

emocionalmente, eh?

00:29:05

Fue un año de cuando yo lo empecé a registrar.

00:29:08

Había sido un año de de transitar muchos duelos, eh?

00:29:13

Muchas separaciones, eh? Me había separado de de mi pareja.

00:29:17

Me había mudado, eh?

00:29:19

Había cambiado de de facultad, eh?

00:29:24

Como que ese fue el contexto, no de del desenlace.

00:29:29

Y bueno, tenía muchas opciones que no,

00:29:32

no podía exteriorizar en ese momento.

00:29:36

No podías exteriorizar y que hacías con ella.

00:29:41

Me las guardé mucho tiempo.

00:29:42

Y bueno, después empecé terapia y lo pude como empezar a

00:29:47

buscar y, pero claro, o sea,

00:29:50

como que se me alivia quizás en esos momentos donde puedo

00:29:53

hablar y exteriorizarlo, pero después lo vuelvo a sentir,

00:29:58

Vale, vuelves a sentir qué cosas, vale, a ver,

00:30:02

vamos a ver una en ese entonces en terapia.

00:30:06

Tú te lograste expresar algunas cosas. Vale.

00:30:09

Y bueno, lograste exteriorizar, pero que sientes tú

00:30:13

que no has logrado exteriorizar,

00:30:16

Em, el más que nada del rencor de esas situaciones?

00:30:20

No? Y el enojo, eh? La ira,

00:30:26

El rencor por esas situaciones.

00:30:28

Y la ira interesante,

00:30:32

ese rencor y esa ira contra quien iba.

00:30:46

Yo la sentí mucho tiempo dirigida hacia mi misma, eh?

00:30:52

Yo he estado mucho tiempo enojada conmigo por tolerar quizás

00:30:56

un montón de situaciones y

00:31:00

y me enojaba conmigo, eh?

00:31:02

Como pre por no poner límite,

00:31:08

No poner límites.

00:31:11

Vale, a quién quisiste poner el límite, por ejemplo?

00:31:17

Y en ese momento a a mi pareja de ese momento

00:31:21

No ponías límites a la pareja de este momento.

00:31:23

Entonces vamos a ir apuntando vale,

00:31:26

vamos a apuntar a una de las primeras personas que

00:31:29

no le pusiste límite a tu pareja.

00:31:31

Vale, eh,

00:31:33

a quién más contra quién más iba a esa rabia o ese rencor

00:31:40

A mi mamá también durante mucho tiempo.

00:31:43

Bueno, incluso ahora

00:31:48

Observa cómo dejó ella que saque todo?

00:31:51

Yo no, yo no infiero nada. Vale, vale. Y alguien más

00:31:57

Y a mi papá, pero bueno, con él sí pude.

00:32:02

Pero bueno, si pude ponerle un límite y bueno,

00:32:06

y hablar también, eh?

00:32:09

Pero en ese momento de donde se desencadenó el brux tenía

00:32:12

muchos conflictos con el eh, lo que pasa es que, bueno,

00:32:16

ahora ya ya no.

00:32:19

Vale. Pero tu papá con tu papá también te tenías, eh,

00:32:23

rencor y e ira.

00:32:24

No, pero pero a él si le pusistes un límite.

00:32:28

Sí. Vale, qué le dijistes

00:32:33

Eh, yo, bueno, hubo un momento que pude.

00:32:37

Pudimos hablar. Le pude expresar como yo

00:32:40

había por ahí vivido el vínculo con él y

00:32:47

y puse un límite en el sentido de que, bueno,

00:32:49

yo hubo un tiempo que en ese todo ese año

00:32:51

que se desencadenó el Bru.

00:32:53

Yo estaba viviendo con él porque estaba estudiando

00:32:56

y le dije que bueno, que no quería vivir más porque no,

00:32:59

no me sentía cómoda.

00:33:01

No me sentía bien. Y y bueno,

00:33:04

y ahí me volví a donde vivo ahora.

00:33:07

Mm, vale, vale.

00:33:11

Entonces, que bueno que pudiste poner límites high

00:33:14

ahora una pregunta, vale, vamos a respirar profundamente.

00:33:19

Y yo quiero que a apres allí tus dientes fuertes.

00:33:22

Ahora imaginas que allí muerdes

00:33:26

alguien que aprieta allí en los dientes a alguien

00:33:32

que i imagen se te viene a la mente

00:33:37

Ahí hablando.

00:33:38

Vale, aquí nosotros,

00:33:43

fíjense una cosa que ya nosotros tenemos

00:33:45

cosas para trabajar.

00:33:47

Ella quiere trabajar el bruir vale,

00:33:53

ella quiere trabajar el ismo y nosotros pudiéramos

00:33:56

directamente vale, esto fíjense lo que fui apuntando para

00:33:59

que ustedes sepan esto no momento llorado punto en mis notas

00:34:02

para ver o alguna frase que a veces ella pueda decir tal que

00:34:05

si yo presto para que ustedes vayan viendo mi tren de

00:34:08

pensamiento, no que va pasando conmigo en la misma medida

00:34:11

que ella me va diciendo dos cosas aquí tengo

00:34:15

primer personaje que saco de esta historia.

00:34:17

Tengo a la mamá, tengo a otro personaje aquí

00:34:21

que es el ismo que,

00:34:26

bueno, el ismo tiene el nombre de ismo,

00:34:29

pero realmente es otra cosa, vale, ya ya vimos que era no.

00:34:34

Y luego tenemos a otra cosa que es

00:34:38

a ella mismo, a ella

00:34:45

Ya con estas tres cosas,

00:34:47

nosotros pudiéramos constel a esta persona.

00:34:51

Fíjense que no trabajé con su perfección.

00:34:54

No trabajé con nada.

00:34:56

Trabajé realmente con un hecho que es el bu y con unos

00:34:59

sentimientos que ella tiene que es rencor y la i a eso es

00:35:02

una realidad porque ella siente que no puedo

00:35:04

poner límite, lo que sea.

00:35:06

Y empezó porque trabajo con eso porque empezó hace tres años

00:35:09

cuando yo estaba viviendo esa situación.

00:35:11

Entonces se le pregunto de que que estaba viviendo que

00:35:13

emociones estaba viviendo, que estaba pasando y había

00:35:17

rencor o situaciones de ira.

00:35:18

Si yo quisiera consolar,

00:35:20

yo puedo conar a quien tengo tres personajes para constel

00:35:24

vale, directamente.

00:35:26

Vale. Entonces esto sería ya un primer paso para yo consolar

00:35:29

que pasa con la mamá hacia donde mira cliente, eh,

00:35:33

tal que se vale, eh, ya voy a volver contigo.

00:35:37

Venecia. Simplemente voy a hacer una pregunta.

00:35:38

Hay alguna pregunta aquí de esto que acabo de hacer o no?

00:35:44

Fíjense como yo, lo que quiero que se den cuenta.

00:35:47

Cuál fue mi tipo de pregunta?

00:35:49

Mi pregunta no fue, ah, con tu papá sentiste rabia también?

00:35:54

No, ella a no. Yo la pregunta y con quién más sentiste?

00:35:57

Rabia? Vale, con qué más sentiste? Ira?

00:36:00

Y fíjense que no, ni siquiera yo fíjense que yo repito

00:36:03

rabia, pero en ese caso,

00:36:04

yo le dije directamente con quién sentiste rencor o ira.

00:36:09

Vale, lo que ella exactamente me dijo por eso importante,

00:36:12

tomar nota que recoger siempre sus palabras.

00:36:16

Vale, fíjense que yo en ningún momento le dije que si fue la

00:36:19

madre con la que sintió huida, si fue el papá,

00:36:21

si fue la nada, ella misma sola fue sacando ah, vale,

00:36:26

que pasaba en ese entonces,

00:36:28

yo iba solamente haciendo preguntas para que ella fuera

00:36:31

indagando en nos hechos hasta que yo llego a algo

00:36:35

un tema directamente al ismo.

00:36:37

Tengo alguien pendiente, mamá, que es la,

00:36:40

si yo a aprend de los dientes.

00:36:41

Y la primera persona que me dieron una imagen es

00:36:43

mamá y a mi cliente.

00:36:45

Vale. Entonces tres figuras para consolar aquí.

00:36:50

Y ahora nos damos cuenta. Sí.

00:36:56

Vale, entonces esto es la indagación limpia.

00:37:00

Una indagación dónde yo no voy enturbiando el tema.

00:37:05

Yo no trabajo con perfecciones sensaciones.

00:37:10

No, yo exploro las sensaciones y las emociones,

00:37:14

pero trabajo con hechos y no voy, eh,

00:37:18

persuadiendo el otro para que me vaya cuando yo tengo una

00:37:21

intención o cuando yo tengo una expectativa de que es por

00:37:24

tal cosa, entonces yo voy buscando, ah, porque con tu papá,

00:37:28

seguramente sentías esto.

00:37:29

Ah, la pareja seguramente con su papá también.

00:37:31

Y ya no veo más nada. Entonces, claro,

00:37:33

fijense si yo hubiera inferido esto,

00:37:35

imagínese que hubiera pasado esto, no?

00:37:37

Si yo llego y digo,

00:37:38

no es que en ese entonces fijense lo que yo dijo primero no

00:37:40

es que en ese entonces tenía muchos problemas de pareja.

00:37:42

Entonces yo digo, claro, a ver uno más uno es dos.

00:37:46

Si ella tiene problemas de pareja, entonces una mujer,

00:37:50

por lo tanto, eh, que pasó con su padre?

00:37:54

Pues seguramente entonces que el asunto con el padre vale.

00:37:57

Y entonces hubiera trabajado esto

00:38:00

y fijense quien me dejó fuera.

00:38:03

Y quién apareció cuando ella estaba apretando los dientes?

00:38:06

Nos damos cuenta si nos damos cuenta de la diferencia de ir

00:38:10

con expectativas con ideas supuestamente que yo tengo con lo

00:38:14

que sea antes de constelaciones, cada caso es particular.

00:38:17

Y a veces alguna cosa que aprendí en otro lado se adapta a

00:38:20

una constelación, pero no siempre.

00:38:22

Entonces, yo, cada vez que veo una constelación,

00:38:25

la veo con mirada nueva.

00:38:26

Para mí es esto nuevo primera vez que veo este caso, vale,

00:38:31

si nos queda claro eso, preguntas comentarios

00:38:36

a ver a quien no le quedó claro que

00:38:38

dudas tienen en específico.

00:38:39

Lo que quiero es que quede esto súper claro. Vale.

00:38:42

Porque de esto depende todo el trabajo

00:38:46

a ver alguna duda.

00:38:48

Yanny. Brenda marni

00:38:52

Silvia, nos queda claro.

00:38:55

Si no hay ninguna duda. Seguro. Ah, genial.

00:38:57

Do lo van a hacer ustedes. Eso me encanta,

00:39:00

porque así lo hacen ustedes.

00:39:02

Vale, vamos a hacer, eh, vamos a hacerlo aquí mismo.

00:39:06

Normalmente yo abro salita para hacerlo,

00:39:08

porque como no está en todo hoy, entonces, eh,

00:39:11

lo voy a hacer aquí abierta,

00:39:12

abierto para que sea mucho más, más sencillo.

00:39:14

Vale, ustedes van a ir tomando nota del asunto.

00:39:17

Vale, voy a quitarme yo esto, eh, de aquí, vale.

00:39:21

Para que nos podamos ver.

00:39:23

Pues ya eliminar esto

00:39:26

de tener vale, aquí.

00:39:29

Vale. Entonces, qué vamos a hacer ahora? Ahora?

00:39:32

Yo quiero, eh, vamos a hacer dos participantes.

00:39:37

Vale, eh? Cuando lo hacemos en tres, uno, observa uno,

00:39:40

mira y otro vale, ahora directamente yo,

00:39:43

lo que quiero es que hagamos lo siguiente que

00:39:48

dos personas uno va a ser de consolador y el otro va a

00:39:52

ser de cliente.

00:39:54

Vale, entonces, eh,

00:39:56

a ver un voluntario que se ofrezca uno que quiere ser

00:39:59

cliente o uno que quiere ser consolador,

00:40:00

normalmente lo hacemos en grupo.

00:40:01

Pero como ahora quiero que lo hagamos abierto para

00:40:03

que perdamos el miedo.

00:40:07

Bueno, la quite yo. Vale, entonces vamos,

00:40:11

vamos a ver aquí este directamente, eh?

00:40:15

Entonces Ramón va a ser cliente y solo va a ser la constel

00:40:20

en un me momento determinado sole, eh?

00:40:22

Que prefieres tú que si estás yéndote por un caminito,

00:40:26

te que no corresponde.

00:40:28

Te diga esto

00:40:33

para recaudar. Genial.

00:40:35

Yo quiero yo pre

00:40:37

Genial. Vale, aquí

00:40:38

estamos todos sobre seguridad. Esa, esta es

00:40:39

La primera vez que lo No pas es la primera

00:40:42

Vez que te voy a hacer Gen.

00:40:45

Genial. Vas a perder tu virginidad en en

00:40:47

en de limitar el tema.

00:40:48

Genial. Vale. Pues empecemos. Sole. Genial.

00:40:53

Vamos a ver aquí tú. Habla con Ramón directamente

00:40:58

A ver Ramón.

00:40:59

Eh? Qué te gustaría? Consular?

00:41:03

Mm, por qué me cuesta tanto vender?

00:41:08

Quiero,

00:41:11

Te me perdonan.

00:41:12

Por qué te cuesta tanto qué?

00:41:14

Vender? Ventas las ventas.

00:41:21

Muy bien, eh?

00:41:26

A qué clase de ventas te refiere? Si puedes salir

00:41:30

De todo tipo en general, eh?

00:41:40

Bien, eh, siempre te ha ocurrido desde cuánto te pasa

00:41:46

Desde siempre?

00:41:50

Hace muchos años que estás metido en

00:41:55

en este trabajo de ventas.

00:41:58

Sí. Sí,

00:41:59

tengo la intención y el gusto por vender y la pero

00:42:03

siempre me freno.

00:42:04

Vas ahí mucho para vender me bloqueo.

00:42:09

Y cómo te sientes cuando,

00:42:11

cuando te das cuenta que ocurre esto,

00:42:15

Cómo perdono? Escuché

00:42:18

Cuando te das cuenta que te ocurre eso,

00:42:21

te te te das cuenta que te que que te ocurre.

00:42:23

Pero puedes gastar el memento. En qué te pasa?

00:42:28

Y cuando Cuando te sientes

00:42:30

bloqueado, cuando sientes que me

00:42:31

Siento bloqueado, pues primero me da coraje,

00:42:34

pero el dos puedes también siento tranquilidad,

00:42:38

Coraje y tranquilidad. Así

00:42:39

Es.

00:42:47

Hay algún hay alguna

00:42:52

causa que tú puedas asociar?

00:42:54

Eh? En principio a ese coraje, coraje por por qué?

00:42:59

Por qué? Eh? Pues, por qué siente ese cor?

00:43:01

No lográndolo. O sea, no, no, el no poder hacerlo.

00:43:04

Vale, esto un momentito. Voy a intervenir. Vale, eh?

00:43:08

Fijate tú, eh,

00:43:10

ahí estamos buscando una interpretación del cliente.

00:43:13

Vale, vale. Cuando digo eh, por ejemplo, em,

00:43:19

qué fue lo que dijiste exactamente, em, por qué te da cor

00:43:24

por te da coraje.

00:43:25

Vale, entonces es porque te da cuando decimos porque te da

00:43:28

coraje que viene después una interpretación. Una

00:43:31

Una interpretación. Es verdad? Sí.

00:43:33

Entonces, claro, nos aleja de los hechos y nos lleva la

00:43:36

interpretación del cliente.

00:43:37

Entonces, qué sucede que ahí vamos a la parte subjetiva del

00:43:40

cliente que no nos conviene.

00:43:42

Vale, Reza, genial. Sigue

00:43:46

La encausto, eh?

00:43:49

Puedes, em, cuando sientes eso, ese coraje, eh,

00:43:54

puedes asociarlo a algún hecho concreto de tu vida o con

00:43:57

alguna persona in concreta?

00:44:00

Sí, en mi papá. Muy bien, tu papá. Mm-hmm.

00:44:05

Alguien más que pueda más

00:44:08

También Mi papá, tu mamá.

00:44:11

Mm-hmm. Hay alguien más que pueda

00:44:16

asociarse a echar a ese coraje?

00:44:19

No en tu vida? No, nada.

00:44:24

Muy bien. Y cuando hablamos de que

00:44:29

te da tranquilidad esa tranquilidad,

00:44:34

puedes asociarla a algún hecho.

00:44:37

Alguna persona in concreto?

00:44:40

Pues igual a a los dos a mi papá.

00:44:43

Mm-hmm. A papá y a mamá. Alguien más?

00:44:49

No, nada más. Muy bien.

00:44:58

Y exactamente. Creo que esta pregunta te la

00:45:01

tiene que abrirse al principio.

00:45:02

Bueno, qué es lo que quieres tú trabajar?

00:45:08

Qué es lo que quieres trabajar? Qué?

00:45:10

Qué quieres sacar de esta constelación?

00:45:14

Quiero poder vender o sea, no, no, no,

00:45:17

bloquearme al vender la quiero tener éxito en las ventas.

00:45:25

Mm-hmm. Éxito en las ventas. Mm-hmm.

00:45:34

Muy bien,

00:45:38

pues luego aquí se va.

00:45:40

Acaba el repertorio.

00:45:45

Ahora yo ya sacaría las figuras. Yo sacaría a papá.

00:45:51

Un representante, por supuesto, para él.

00:45:53

Sacaría a papá, sacaría a mamá

00:45:57

y sacaría por lo que es la prosperidad,

00:46:00

el dinero o el negocio en sí.

00:46:03

Y le pediría él que lo colocaste en el tablero o

00:46:09

Vale? Es todo un

00:46:10

momentito.

00:46:10

Vale, fíjate tú, qué pasa

00:46:12

que él no ha nombrado ni prosperidad ni dinero.

00:46:15

No, No.

00:46:17

Entonces, fíjate que es una interpretación nuestra

00:46:20

Vale. Vale.

00:46:21

Entonces él en ningún memento,

00:46:22

estoy apuntando todo lo que escribió todas las preguntas que

00:46:24

tu hiciste, lo que él escribió y en ningún memento

00:46:27

ni de dinero ni de prosperidad.

00:46:29

Por lo tanto, vale, no se nada el vale.

00:46:32

Pero hay una cosa que el sí dijo y se le pasó por alto

00:46:36

que el dijo que me bloqueó.

00:46:37

Sí. Vale.

00:46:39

Y entonces a mí me gustaría preguntarte a ti, Ramón,

00:46:42

qué quieres decir?

00:46:43

Cuándo dices que te bloqueas?

00:46:48

Eh? No, no lo no quieren realidad? No quiero vender.

00:46:52

Ah, vale.

00:46:56

Entonces no quieres vender cómo se sientes en tu cuerpo?

00:47:00

Mira, lo que pasa es que mi papá,

00:47:04

como trabajó mucho y desde niño a

00:47:07

nosotros nunca nos dejaba vender.

00:47:08

Pues nosotros vendíamos algo y nos regañaba.

00:47:11

Decía que que nosotros no tenemos por qué vender.

00:47:13

Entonces siempre nos daba él todo para que nosotros nunca

00:47:16

vendiéramos y igual.

00:47:17

Mi mamá nunca me dejaba vender.

00:47:21

Vale, vale, vale, vale.

00:47:23

Entonces, en el fondo, no quieres por no, no quieres por

00:47:29

Tal vez porque no, no, en realidad no lo necesito.

00:47:32

Siento como que no lo necesito vender

00:47:34

como quiera. Lo tengo todo.

00:47:36

Vale. Fíjense de hacer cuenta que lo que está

00:47:38

haciendo es una interpretación.

00:47:40

Por eso fíjense por la seguir la línea,

00:47:42

esa línea por para que se drán cuenta

00:47:45

cuando es una interpretación.

00:47:46

Si se den cuenta, les digo por qué

00:47:49

eso cuando yo le indago en el porque yo sé que después viene

00:47:53

es que tal goza no,

00:47:54

él está haciendo una interpretación del asunto.

00:47:56

Vale. Y no me interesa en el fondo. No quiero vender.

00:48:01

Mm-hmm. Vale,

00:48:03

Para Vale.

00:48:05

Y qué es lo peor que puede pasar si no vendes?

00:48:08

Cómo para? No escucho

00:48:11

Qué es lo peor que puede pasar si no vendes

00:48:16

Nada?

00:48:18

O sea, me quedo igual.

00:48:22

A qué te refieres? Lo Que puede pasar que nove nada.

00:48:24

No, no, no me pasa nada.

00:48:29

Vale. Es decir,

00:48:31

vamos a a a dedicar nos a esto y por qué quieres vender

00:48:36

Cómo?

00:48:38

Por qué quieres vender? Pensé que tenías un negocio que se

00:48:41

Sí, tengo un negocio y qui, tengo cosas y quiero vender

00:48:45

pero no logro concretar las ventas y me me siento que me

00:48:50

bloqueo y pienso que en realidad no quiero vender las cosas.

00:48:53

Al final me doy cuenta que no quiero vender.

00:48:56

Entonces hay una parte de ti que quiere vender y otra,

00:49:01

hay otra parte de ti que no quiere vender.

00:49:03

Y hay otra parte de ti que quiere tener éxito en las ventas.

00:49:07

Así es. Vale, nos damos cuenta.

00:49:09

Entonces, ahora sí, las tres partes que coce la moza.

00:49:12

Los tres personajes que están con él peleados están peleando

00:49:16

dentro dentro de él por subsistir.

00:49:18

Hay una parte un Ramón que no quiere vender.

00:49:22

Hay otro Ramón que quiere tener éxito, unas ventas.

00:49:24

Y hay otro Ramón que se queda bloqueado,

00:49:26

que te bajaríamos a cancelar los tres

00:49:29

personajes que están dentro de él.

00:49:31

Yo no trabajaría ni con papá ni mamá,

00:49:33

porque esas son las excusas que él se

00:49:35

está dando internamente.

00:49:37

Vale? Trabajaría con esas tres partes tuyas peleadas vamos

00:49:42

apuntarla de todas maneras por allí.

00:49:52

No hay nada que nos sabotee más en lograr lo que nosotros

00:49:55

queremos que esté en diferentes partes de nosotras

00:49:58

encontradas peleándose entre sí.

00:50:01

Eso es increíble. Vale,

00:50:11

Cada una de ellas tiene una intención.

00:50:14

Vale, esa intención es positiva.

00:50:16

Cada una quiere protegerlo a él de algo.

00:50:19

Vale, entonces, qué sucede cuando nosotros

00:50:21

sacamos esas tres figuras?

00:50:23

Vemos el comportamiento, vemos qué pasa y es probable que

00:50:26

alguna traiga a alguien del pasado.

00:50:29

Puede ser, no lo sé, y ver qué pasa.

00:50:32

Pero, por supuesto, lo primero siempre es definir de limitar

00:50:36

el tema para ver que vamos a costear.

00:50:38

Si nos queda claro hasta aquí. Sí. Muy bien, sola.

00:50:43

Muy bien, Ramón, fíjense una cosa.

00:50:46

Yo quiero que cada uno de ustedes diga tanto

00:50:49

quién fue la otra, Venecia y Ramón.

00:50:53

Si el hecho de definir cuáles son los personajes de alguna

00:50:57

manera no le da a ustedes como toman conciencia de algo a

00:51:02

ver, quiero saber Ramón y Venecia

00:51:05

con decirte a ti estos tres personajes te ayuda a tomar

00:51:07

conciencia de algo Ramón,

00:51:10

Eh?

00:51:13

Bueno religi o con otro de poner que se

00:51:15

pongan de acuerdo los tres.

00:51:16

Tengo que escuchar a los tres a ver para qué,

00:51:19

qué me quiere decir cada uno y que llegan a un acuerdo

00:51:23

Mes. Fíjense esto

00:51:24

sin necesidad.

00:51:26

Eso es el percent de la consolación.

00:51:28

Ya ha realizado porque ya él tomó conciencia.

00:51:32

Ya estamos nombrando algo.

00:51:34

Por lo tanto, hemos abierto la puerta de emp par en

00:51:36

par para sanar.

00:51:38

Nos damos cuenta de la diferencia y empezar a cancelar así

00:51:42

Venecia al tú, darte cuenta que a quien estabas ahí

00:51:45

apretando entre los dientes era mamá de

00:51:47

que te das cuenta también

00:51:50

De que hasta hace 20 minutos tenía una ira in

00:51:55

nombrada eh,

00:51:57

y que yo en realidad por ahí lo más fácil es como caer en

00:52:00

que es una i idea contra esta pareja o estas situaciones

00:52:04

de hace tres años.

00:52:05

Y quizás, bueno, viene de esta madre, no de

00:52:09

de mucho más atrás, eh? Es increíble.

00:52:14

Sí, es, fíjense,

00:52:15

es eso es lo que yo quiero que ustedes todos aprendan a

00:52:18

hacerte este ya vale, constantemente hablar con el otro,

00:52:22

hablar con el otro, hablar con el otro,

00:52:23

a ver el tema que vamos a costar simplemente esta semana.

00:52:27

Solo y exclusivamente eso.

00:52:30

Indagación limpia sin meter mis peces en la pecera del otro,

00:52:35

sin sug gestionar vale, genial.

00:52:38

Vamos a a practicar otro. A ver qué tal como lo llevamos.

00:52:41

Nos va quedando claro o no lo tenemos clarísimo.

00:52:45

Genial. Que bueno horrenda

00:52:47

Contigo. Sí, pero

00:52:48

no te quería que fácil.

00:52:50

No que va. Lo hiciste muy bien.

00:52:52

Solo simplemente, oye, es la primera vez que lo ha hecho.

00:52:54

Por favor. Ya ya. Nina, cuéntame.

00:53:00

Pensé que había otro ejemplo. Ah, genial. Sí, sí, sí.

00:53:04

Vas a ser una, vas a ser, quiere ser cliente consoladora.

00:53:09

Ah, vamos por clienta, cliente genial.

00:53:12

Y Brenda la acosadora o maley genial, Brenda. Genial.

00:53:16

Las pongo ustedes en anclaje.

00:53:18

Un momentito aquí las pongo en anclaje a las dos para que se

00:53:21

vean para practicar a ver qué tal.

00:53:24

Genial. Así

00:53:25

vemos ya.

00:53:31

Genial.

00:53:33

Hola yanina Hola a granda.

00:53:38

A ver. Pues, cuéntame cuál es el tema?

00:53:41

A ver, quiero constel por qué me es difícil bajar de peso?

00:53:49

Estoy anotando, eh, también un segundito.

00:53:52

No te preocupo.

00:53:56

Mm, eh.

00:53:59

Este tema de bajar de peso desde

00:54:02

desde cuándo lo traes yanina

00:54:07

Desde que tengo gusto de razón.

00:54:08

Siempre te sufrido de sobrepeso y he llegado hasta lo obes.

00:54:27

Eh? Qué has? Qué has este sentido?

00:54:32

Como ante esta dificultad de bajar de peso,

00:54:36

cuál han sido tus tus sentir

00:54:46

Al sentir que no bajo de peso?

00:54:48

Primero bloquearme porque

00:54:50

he intentado anteriormente dietas,

00:54:53

ejercicios y ninguno funcionaba.

00:54:56

Y luego del bloqueo, es como que ya

00:55:00

mejor me acepto como estoy.

00:55:02

O sea, no hay remedio para cambiar.

00:55:14

Mmm, mm. A ver es que

00:55:19

fíjate, me me llama la atención.

00:55:22

Eh, que por un lado dices me bloqueo porque nada funciona.

00:55:29

Y por otro lado, mencionas el mejor me acepto como

00:55:33

estoy, eh?

00:55:37

No sé si me pudieras, eh, ahondar un poquito más

00:55:41

en cómo es eso de que te bloqueas y que por otro lado,

00:55:46

está el que ya mejor te aceptas como estás

00:55:51

El bloqueo. Porque

00:55:52

cuando empiezo a hacer dietas,

00:55:56

no siento que funcionen.

00:55:57

No me llevan ningún lado.

00:56:00

Si ayuda a bajar de peso, ayuda un par de kilos,

00:56:03

pero no los que necesito y

00:56:07

ya luego me canso de lo mismo porque hacer dietas es

00:56:11

sumamente complicado porque te limitas y

00:56:16

luego de eso, ya.

00:56:17

Pues entonces, si no funciona las dietas mejor acepto mi

00:56:20

cuerpo tal cual está

00:56:28

pero eso es solamente una etapa porque ella otra vez,

00:56:30

quiero dejar de peso y otra vez se repita el círculo.

00:56:34

Ah, ok, entonces es un círculo.

00:56:40

Sí.

00:56:45

Mm reccu si

00:56:49

mencionaste y perdón, si se me fue,

00:56:53

mencionaste la palabra frustración, el sentir de frustración

00:56:57

o no lo mencionaste a mí se me fue.

00:57:00

Pero te pregunto

00:57:03

No, tampoco me acuerdo. Si lo mencioné,

00:57:05

Ay, no nos acordamos ninguna de las dos.

00:57:07

Okey, bueno, a ver, aterrizando el sentir con este círculo

00:57:11

en el que entras que pasa en ti a nivel de emociones.

00:57:21

Mm. A nivel de emoción,

00:57:29

cuando voy a empezar las dietas,

00:57:32

empiezo entusiasmada porque quiero cambiar, ver cómo estoy.

00:57:36

O sea, como me veo,

00:57:39

pero también creo que alguna parte de mi

00:57:42

es como el resto me ve.

00:57:45

Pero cuando no funciona, y a bloque otra vez,

00:57:47

toda la emoción de entusiasmo

00:57:50

y como que me pone triste.

00:57:54

No, no, no te diría que deprimiéndome porque no suelo

00:57:58

deprimirme o al menos que yo me he enterado.

00:58:03

Pero si triste.

00:58:04

Y empieza mi etapa de ansiedad y como todo lo que se me

00:58:08

atraviesa por lo año,

00:58:13

Entonces, digamos que en este círculo que mencionas,

00:58:16

pasas como por estas emociones,

00:58:18

por el entusiasmo al principio.

00:58:20

Luego viene la tristeza y luego viene la ansiedad.

00:58:25

Mm, sí, mm-hmm.

00:58:29

Mm. Pues no sé a mí. Veré aquí.

00:58:33

Maestra, eh? Luz? No sé a lo mejor.

00:58:37

Yo aquí haría la propuesta

00:58:40

como de constel estas tres emociones como en

00:58:44

ese círculo que ella vive.

00:58:45

Pero sería solo una propuesta. No sé.

00:58:48

Vale, sí, es una, es una, es una propuesta.

00:58:51

Pues, bueno, una propuesta

00:58:53

tanina que está es que una propuesta que está bien,

00:58:57

aunque yo le voy a hacer una preguntita a a a yanina.

00:59:02

Muy bien, Brenda, eh?

00:59:03

Voy a hacer una preguntita a yanina por ejemplo, eh?

00:59:10

A ver, vamos a a imaginar aquí ahora que el

00:59:18

que tu peso

00:59:24

es una figura, vale,

00:59:29

qué figura sería?

00:59:33

Mm-hmm, una figura,

00:59:40

o sea, cómo me imagino yo que tiene que ser mi cuerpo

00:59:44

o dando

00:59:46

No, no, imaginemos que el peso que tienes demás

00:59:50

es una figura cualquiera vale,

00:59:55

una figura cualquiera para que tú quieras.

00:59:59

Qué figuras sería? Qué imagen te viene a la mente?

01:00:05

Lo que es grasa.

01:00:08

Vale, imaginemos que es grasa.

01:00:10

Vale, qué forma tienes esa grasa?

01:00:14

Como Es esa grasa circular

01:00:17

circular que más mm.

01:00:21

Amarilla circular, bordes no definidos.

01:00:29

Mm-hmm. Bordes no definido que más

01:00:34

Mm Que pesa mucho

01:00:38

Pesa mucho.

01:00:39

Mm, qué más

01:00:45

Que no me no me no creo que no quiero

01:00:49

que sea parte de mí.

01:00:50

Y ahí creo que el sería un identifie una in inten una

01:00:53

interpretación, verdad?

01:00:56

Puede ser

01:01:02

vale, vale,

01:01:07

dibuja, es, tienes lápiz?

01:01:08

Dibuja esa grasa allí donde estás.

01:01:12

Okey,

01:01:19

Ya Vale, respira profundamente.

01:01:23

Mm. Yo observa esa grasa.

01:01:30

Y Ahora que dentro de esa

01:01:34

de esa grasa circular amarilla de bordes no definidos.

01:01:39

Quiero que te dibujes a

01:01:41

ti, a ti, tú, yo.

01:01:46

Perfecto. Con el peso perfecto.

01:02:04

Qué sensación te da cuando ves esa imagen

01:02:09

Más saludable, más ligera,

01:02:13

Más ligera.

01:02:15

Vale. Y cuando te ves a ti allí dentro de la grasa,

01:02:19

qué sensación te da,

01:02:27

Eh, sobre demasiado que hay mucho por quitar

01:02:31

Que hay mucho por quitar.

01:02:33

Vale,

01:02:39

vale, vamos a ahora a jugar un poquito.

01:02:42

Imaginemos que vamos a quitar cosas de tu vida.

01:02:45

Qué cosas quitamos de tu vida aquí y ahora

01:02:56

De Lo primero que te llegue?

01:02:59

No me lo pienses. No me lo pienses.

01:03:00

Lo primero que te que quitarías ahora ya mismo de tu vida,

01:03:04

No es que sí lo pensé, pero es que como que se me hace

01:03:06

uno ya.

01:03:08

Eh, de eso que se estás el nudo. Quiero que me lo digas.

01:03:13

Sí, eh, esa intención que tengo yo.

01:03:18

Oh, percepción de que, um,

01:03:21

como que tengo que estar la base y la

01:03:23

fortaleza de mi familia.

01:03:32

Vale, respira profundamente.

01:03:35

Vale, respira profundamente,

01:03:44

apoyarte en tu asiento.

01:03:46

Y quiero que entregues esa

01:03:48

base y esa fortaleza a tu familia y le digas

01:03:52

ya no puedo más con esto.

01:04:00

Ya no puedo más con eso.

01:04:13

No se siente yani Más ligero.

01:04:17

Mm. Vale, eso sería un primer pasito para a

01:04:22

hemos visto que el sobrepeso ahora tiene otro nombre.

01:04:26

Mmm. Vale.

01:04:32

Piense su cara como cambia.

01:04:37

Muy bien,

01:04:39

Y Gracias, cuenta.

01:04:40

Gracias a ti. Gracias a Brenda las dos.

01:04:42

Gracias, Brenda mía.

01:04:45

Muy bien, fíjense esto. Obviamente es movido.

01:04:50

No quiere decir con esto yo, todo esto lo voy a apuntar.

01:04:52

Lo voy a pasar a limpio. Vale.

01:04:53

Para tenerlo para otras sesiones con ustedes.

01:04:56

Vale, para que no queden eso abierto ni nada,

01:04:59

sino que, bueno, abrimos proceso.

01:05:00

Pero luego en la siguiente semana,

01:05:02

vamos a ir cerrando cositas que se abrieron aquí para que

01:05:05

ustedes durante toda esta semana vayan procesando.

01:05:07

Y luego vamos cerrando esto. Vale, genial, gracias.

01:05:13

Nos damos cuenta, chicos, de lo que se trata

01:05:17

de de limitar el tema de lo que se trata de em.

01:05:22

Em, nos queda, eh?

01:05:27

Claro esto o no? Cuéntame.

01:05:33

Nos damos cuenta de cómo la persona

01:05:36

adquiere conciencia al

01:05:41

nombrar al al nombrar algo al nosotros,

01:05:45

indagar en qué indagamos sensaciones

01:05:49

en las palabras que dice el otro, porque yo a veces,

01:05:52

si yo entiendo un bloqueo,

01:05:53

de repente un bloqueo para mí es quedar paralizada,

01:05:55

pero de repente para otro no.

01:05:57

Entonces yo exploro, exploro, exploro

01:06:01

sin persuadirle a ella.

01:06:03

De nada. Voy explorando en sus propias palabras.

01:06:05

Voy indagando en su propia palabra hasta que llegue

01:06:08

algo esencial.

01:06:10

Si nos vamos dando cuenta de esto,

01:06:12

qué tal lo llevamos muy bien.

01:06:18

Vale, hay alguna duda en particular cuando

01:06:21

estamos hablando de ese tema que les quede

01:06:24

como el huequito abierto?

01:06:25

Mira, no, no sé, eh, cuénteme mm.

01:06:32

Alguien que les cueste que se le haga difícil?

01:06:34

Esto se lo ve complicado.

01:06:38

Mm, vamos a

01:06:43

a hacer, eh, con otra persona.

01:06:45

Vale, eh?

01:06:47

No sé si mmm haber a ver maribel puedo

01:06:51

hablar o no?

01:06:53

Mari, creo que estás en el trabajo, no?

01:06:56

Sí, sí. Si puedo hablar aquí estoy, digo, sí,

01:07:00

Puedes hablar genial.

01:07:02

Tú y marni pueden practicar las dos juntas.

01:07:05

Sí. Sí, Genial. Vale, genial. Aquí estoy.

01:07:09

Quién va a ser la cliente

01:07:11

Muy cercana?

01:07:12

Quién va a ser la cliente? Y quién va a ser la terapeuta?

01:07:15

Vamos a poner espérate, vamos a ponerte aquí.

01:07:17

Si estás guapísima, maribel por Dios.

01:07:21

Gracias. Vamos a ver quién de las dos va a ser cliente.

01:07:25

Y cuál va a ser terapeuta?

01:07:27

Pido clientas. Puede

01:07:30

Marni clienta y mari beco sel adora.

01:07:32

Te tocó mari nivel.

01:07:34

Okey. Muy bien.

01:07:38

Hola ma, le cuéntame qué te gustaría constel el día de hoy.

01:07:43

Hola, maribel, eh, una bolita en el seno derecho,

01:07:48

Una abuelita en el seno derecho y desde cuándo la tienes

01:07:53

Desde hace, eh?

01:07:55

Llama ayuda el año pasado

01:08:00

Mayo del qué estaba

01:08:05

pasando cuando empezaste con el los síntomas?

01:08:12

Cómo te diste cuenta?

01:08:15

Pues me exploré este.

01:08:18

Sentí la necesidad de explorar mis senos y la anoté.

01:08:22

Mm-hmm. Mm-hmm.

01:08:24

Y qué estaba pasando en ese momento? En tu vida?

01:08:28

Me encontraba muy movida emocionalmente

01:08:34

y sobre todo,

01:08:37

muy acongojada porque había fallecido el hijo de una amiga.

01:08:45

Mm, este y

01:08:50

qué edad tenía chico

01:08:54

Veinti seis años

01:09:00

Era cercano contigo.

01:09:02

Era una persona cercana o el el hecho de que fuera joven?

01:09:07

Sí, lo conocí desde los 10 años.

01:09:09

Tengo relación con su

01:09:10

mamá y vis.

01:09:15

Pues ahora sí que lo lo vi crecer. Como decimos.

01:09:18

Mm-hmm. Ah,

01:09:25

okay, eh?

01:09:28

Ay. Déjame ver mi lista de preguntas.

01:09:31

Si me das unito mmm,

01:10:01

eh,

01:10:12

qué sientes ahora?

01:10:13

O sea, qué te hace? Qué te provoca? Qué te?

01:10:18

Cómo te sientes ahora con esta situación?

01:10:24

Mm, con cuál situación

01:10:29

Es algo? Ya

01:10:30

está bolita. Ya la ya linda gaste o tienes algún?

01:10:36

Ah, sí, sí.

01:10:38

Este en noviembre me la revisaron misión.

01:10:43

Un ultrasonido. Me dijeron que es un bueno.

01:10:45

Lo detectaron como fibro

01:10:47

adenoma, eh?

01:10:52

Y pues hay que estarlo, eh?

01:10:56

Explorando o sea, bueno, observando más bien explorado,

01:10:59

observando este.

01:11:06

Pues, para que no crezca.

01:11:09

Y en marzo me volví a hacer otra.

01:11:12

Otra otro ultra sonido creció muy poquito.

01:11:17

Entonces, ahorita en septiembre, vuelvo a hacerme otra

01:11:22

otro ultra sonido porque el médico quiere verlo cada seis

01:11:25

meses me desespera la situación.

01:11:28

Me desespera.

01:11:30

Te desespera? Mm-hmm.

01:11:38

Mmm. Luz te puede hacer una pregunta

01:11:45

A mí. Vale,

01:11:47

Sí. Pues es que como

01:11:48

que tengo que preguntar,

01:11:50

qué es lo peor que pudiera pasar? Si, claro.

01:11:53

Obviamente, qué es lo peor que cuál es el mayor miedo que

01:11:56

ya tiene con esa bolita?

01:11:58

Ya? Okay, bueno, disc disculp me mares. Que qué?

01:12:02

Que es lo peor que pudiera pasar? Cuál es tu mayor miedo?

01:12:07

Ah, mira Profundamente, marni. Respira profundamente.

01:12:10

Siempre tenemos que observar si estamos viendo el cliente,

01:12:13

qué sensaciones tiene cliente que tan movilizado

01:12:16

está y todo lo demás.

01:12:17

Ella está muy movilizada hablando de este tema.

01:12:22

Vale. Y eso tenemos siempre que observarlo.

01:12:24

Vale, nos damos cuenta de eso. Mm-hmm. Vale, sí.

01:12:29

Okey, vale. Pues ah,

01:12:41

que se convierta en un cáncer y

01:12:47

que tengan que extirparme el seno.

01:12:50

Ese sería mi mayor miedo que no.

01:12:52

No que lo había pensado realmente o expresado.

01:12:57

Bueno, nuestros miedos es que

01:13:00

Por eso mismo yo tenía la duda de preguntar

01:13:03

Vale, vale, vale.

01:13:04

Esto un momentito cuando nosotros nos atrevemos a nombrar

01:13:08

nuestros miedos, abrimos la puerta a la sanación.

01:13:12

Vale. Aquello que no nombramos permanece en los secretos,

01:13:18

permanece inconsciente.

01:13:21

Y qué pasa? Como dice yo, nos consume,

01:13:25

nos absorbe, nos resta

01:13:28

energía flotando.

01:13:31

Algunas cosas tienen que ser nombradas.

01:13:35

Vale, respiramos

01:13:36

profundamente

01:13:42

Me he e hecho yo por atrás, boj y le entrego de esto a mí.

01:13:47

Si. Muy familiar. Yo tengo cáncer de mamá de hace tres años,

01:13:51

Maren en estadio en estadio cuatro.

01:13:56

Estoy determinada. Vale.

01:13:58

Y mírame aquí este entonces.

01:14:03

Así que lo peor que puede pasar, siempre decimos lo peor.

01:14:05

En este caso, la muerte no pasa nada. Respiro profundamente.

01:14:12

Vale.

01:14:18

Hay alguien en tu familia que haya sufrido de cáncer?

01:14:21

No, no, nadie. Pues eso una buena

01:14:24

noticia buenísima. Bon

01:14:25

Noticia.

01:14:27

Sí. Sí, eso, eso es

01:14:28

Una muy, muy buena noticia.

01:14:30

Vale, eh, cualquier síntoma,

01:14:33

cualquier enfermedad es una gran oportunidad de

01:14:36

crecimiento y de aprendizaje.

01:14:38

Esto es un síntoma. Simplemente vale,

01:14:43

respiramos profundamente y vamos nuestra mano

01:14:47

al pecho derecho donde está la bolita.

01:14:53

Mm. Y le preguntamos allí

01:14:57

si sujetamos ese pecho así donde estás abuelita,

01:15:05

observa tu sensación.

01:15:06

Incluso al tenerla. Cómo se siente que es?

01:15:10

Qué te imaginas haciendo allí con esa abuelita? Qué quieres?

01:15:13

Abuelita de ti?

01:15:18

Mm,

01:15:27

Puedes decir lomos alta o no?

01:15:29

Como quiere respeto, lo que respeto lo que decides.

01:15:32

Sí, sí. Pues quiere que

01:15:37

suelte y quiere que me vea a la vez.

01:15:40

Quiere que suelte y que te ría la vez. Respira profunda.

01:15:45

Sigue contactando con ella y observa qué quiere.

01:16:15

Quiere que que dejé de cargar.

01:16:23

Mm-hmm.

01:16:29

Aunque la abuelita no me duele,

01:16:32

pero quiere que dejé de cargar

01:16:36

y alimentar el dolor.

01:16:38

Ah, respiramos profundamente, soltamos

01:16:45

y amamos con intensidad.

01:16:48

Hay una cosa que se llama amor ftil

01:16:54

y es amar lo máximo,

01:16:56

lo máximo que podamos a cualquier circunstancia.

01:17:00

Así sea lo peor. Amamos a esa ahorita.

01:17:05

Le damos las gracias profundas y la amamos.

01:17:09

Somos conscientes de ella y la amamos. No se siente eso

01:17:16

Diferente Diferente

01:17:22

Porque me he estado peleando con ella.

01:17:24

Claro, claro es que yo,

01:17:28

con lo que nos peleamos,

01:17:31

nos consume aquello que aceptamos y amamos amor fate a lo

01:17:36

máximo nos transforman y nos ayuda a crecer.

01:17:53

Mírala como regalo. Cómo se siente?

01:17:59

Eh? Diferente los pesos, los los pesos iban los hombros se

01:18:04

sienten diferentes porque

01:18:05

Diferente.

01:18:07

Sí, Genial.

01:18:09

Pues muy bien, muy bien, maribel, qué tal como te sentiste?

01:18:12

Maribel, por cierto.

01:18:15

Pues este nerviosa, pero bien,

01:18:18

yo poco a poco un poco más segura, pero

01:18:22

Muy bien, ahí va. Bien.

01:18:23

Además que estuviste la palabra exacto.

01:18:25

Cuál es tu mayor miedo aquí? Y todo?

01:18:27

Le dices allí en el clavo y muy, muy bien, verdad? Vale.

01:18:32

Y y a ti también, mariana,

01:18:33

gracias por verte la primera vez que estamos aquí

01:18:37

y a todos lo que lo que est se han abierto, verdad?

01:18:40

Que muy bonito. Simplemente abrazar eso.

01:18:42

Vale, amor fti es un principio histórico que me encanta y

01:18:46

que amar lo más que pueda.

01:18:48

No sé si no se trata solamente de aceptar,

01:18:51

sino amar con intensidad, lo que sea,

01:18:54

incluso aquellas circunstancias que sean más las dos que

01:19:00

gracias mi inmensamente.

01:19:03

Vale, porque me ha hecho crecer. Que no te imaginas.

01:19:08

Genial. Vale, gracias.

01:19:13

Gracias de corazón. Vale, bueno,

01:19:14

ya acaba a los que estaban

01:19:16

algunos que están aquí que no sabían.

01:19:17

Pues se acaba enterar de una verdad mía.

01:19:20

Aquí nos vamos a desnudar y vamos a encontrarnos verdades.

01:19:22

Muchas vale, genial.

01:19:24

Cómo se sienten chicos, chicas y chicos?

01:19:31

Ah, bueno, chicos, hoy solamente vino uno, soy

01:19:34

Yo, quería preguntar algo.

01:19:35

Dime, sol, dime,

01:19:37

Eh, en, eh, yo ahora mismo con el ejemplo de

01:19:41

que acabamos de ver cuál sería el

01:19:45

el tema como lo delimitarías

01:19:47

Vale, en el caso de ella, eh, directamente.

01:19:50

Bueno, la ayuda lo que hice y ayudarla a conectar con ese

01:19:53

cuerpo y aceptar, eh, directamente lo que es.

01:19:57

No la acepta amar eso tal igual como es.

01:20:00

Y obviamente, si tocaría costar, tocaría costar esa,

01:20:05

esa bolita, ese fibro a adenoma a ella

01:20:09

directamente y a la vida.

01:20:11

Vale. A ver qué pasa. Aunque ella nombró algo que es

01:20:15

muy eh.

01:20:18

Mmm, eh, muy interesante.

01:20:21

Cuando estaba hablando, eh, que era soltar cosas,

01:20:26

no soltar esa carga que que llevaban.

01:20:28

No. Entonces eso quizás también probablemente sería,

01:20:32

eso sería ella.

01:20:33

Y quizás soltar esa eso.

01:20:36

Eso que lleva vale, entonces eso co se haría. Sí.

01:20:41

Vale, gracias.

01:20:43

Les parece. Gracias. A ti les parece complicado.

01:20:46

Les parece fácil del uno al 10 cuán fácil es o cu?

01:20:49

Difícil es

01:20:53

A mí no me parece fácil.

01:20:55

No te parece fácil. Lo será genial.

01:20:58

Gracias a ver quién más.

01:21:03

Pero como vamos a practicar mucho, así que no pasa nada.

01:21:06

Vale, a ver qué más.

01:21:10

Creo que lo complicado está el

01:21:13

elegir las preguntas correctas para que nos lleven al

01:21:17

a las respuestas que necesitamos.

01:21:20

Vale, en el curso tienen una guía de 30

01:21:23

preguntas, algo así.

01:21:24

Seguramente le hice un esfuerzo por no meterle más.

01:21:28

Vale, pero bueno,

01:21:29

hay 30 preguntas más o menos para que seguían de de

01:21:32

preguntas típicas que pueden hacer.

01:21:34

Vale, no se trata de hacer la tipo minimal,

01:21:36

sino que sea como una conversación que sea acercada a que

01:21:39

sea todo, pero más o menos ahí tienen una guía de de

01:21:42

cómo hacer preguntas.

01:21:43

Y además de eso, tienen aún lucía

01:21:46

en el curso que le va a dar caña.

01:21:49

Les cuento ese Luc con ese lucía. Le va a ofrecer un caso.

01:21:54

Y entonces ustedes le tienen que hacer preguntas de

01:21:57

indagación a lucía y lucía les dirá si

01:22:00

les lleva o no les lleva eso que hicimos hoy.

01:22:02

Pues ahora a ella al máximo

01:22:04

y después le dará el feedback de cómo lo hicieron.

01:22:06

Y si quieren seguir practicando con ella,

01:22:08

siguen practicando con ella, vale,

01:22:11

todas las veces que quieren para que practiquen esto.

01:22:13

Bien, bien, para cuando lo hagamos aquí,

01:22:15

ya recuerden que vamos concatenando pasos.

01:22:18

Vale. Y entonces hoy hicimos este paso,

01:22:20

pero a la siguiente semana se supone que

01:22:23

ya este paso está claro.

01:22:25

Y entonces seguimos con el otro,

01:22:26

pero encadenamos el este con el otro.

01:22:29

Vale. Y así vamos en cada clase. Si.