

Recuperar tu Verdadero Yo

Idea principal

Esta clase desarrolla «Recuperar tu Verdadero Yo» a través de los bloques «hola hola, dejo partir, gracias / cuerpo, interesante descubrir». La transcripción pone el foco en ojos, hola, situación, gracias, y cada capítulo enlaza con su momento correspondiente del vídeo.

Recorrido de la clase

00:00:00 · hola hola

Hola, hola, cómo fue? Hola, hola, cómo le fue? Muy bien, gracias. Luz, realmente sí, hay algo que comentó Paula, que es muy revelador. Y yo creo que sí, porque realmente es desde el inconsciente que lo estamos haciendo. Y cuando la empieza, empieza a un...

00:08:02 · dejo partir

cerrados, voy a escupir, no se recurso, voy a escupir, no se recurso, y escupiéndolo, hablo los ojos los dos y último los detalles de ese recurso, observo, lo veo, qué sensaciones, me da, que me transmite. Vale. Yo tengo mis dos figuras, ¿verdad? ¿Qué es...

00:16:04 · gracias / cuerpo

a ver cómo le fue. Cuénteme. Hola, hola, ¿no? A ver cómo le fue. Pues por mi parte muy bien,

00:24:06 · interesante descubrir

a ver cómo le fue. Cuénteme. Hola, hola, ¿no? A ver cómo le fue. Pues por mi parte muy bien, fue muy interesante poder descubrir que si había algo, sí que me alejara o que me rotejiera de esa situación que fue el dolor y el peso y la responsabilidad que en...

00:32:09 · respiración profunda

La solución siempre está dentro de nosotros y allí, si nosotros estamos acompañando de repersones contraomas, es ayudarle a buscar esa solución. Simplemente, nosotros estamos allí acompañándole de que esté seguro encontrar esa solución. Gracias, Claudio...

00:40:11 · compañeras tal

para que vivan y sientan energía de otras personas del grupo. A ver, compartirlo con sus compañeras. ¿Qué tal? ¿Qué tal? Ya se le ve la cara nueva, ¿no? Qué bueno,

00:48:13 · soltar aceptar

sus compañeras. ¿Qué tal? ¿Qué tal? Ya se le ve la cara nueva, ¿no? Qué bueno, malegra. A ver, cuénteme. Pues, entendiendo este aprendizaje, me salió a mí como formar una luna, la luna tiene diferentes fases, diferentes y todas las fases, entonces pues de...

00:56:15 · última figura

que el otro, ni una pierna que no, fue con ficoncientifi grande, o sea, ya no estoy doblada, ya no estudió así sino por el contrario con con la mirada y con la firmeza que de usa porque soy adulta y soy grande. Maldita. Diana ya se fue. A ver, alguien más....