

Transcripción

Clases Adicionales: Parte cuerpo y energía creativa

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

00:00:01

Yo creo que cada uno aquí ya ahora se ponga en contacto con lo que ha pasado durante su semana.

00:00:09

Se hace ansiedad su ansiedad y que observa en su cuerpo a donde lo lleva esa ansiedad.

00:00:16

Esa ansiedad se ha sido preocupación, ¿dónde se iba? Porque las gracias a que voy a estar relacionada,

00:00:22

que cosas sentimos en diferentes partes del cuerpo. No entonces quiero que conecte a que parte del cuerpo le lleva,

00:00:28

eso que han sentido durante las semanas ya sea ansiedad, ya sea preocupación, ya sea

00:00:34

angustia, a qué parte de su cuerpo? Vamos a imaginar y a pensar en eso, yo también lo

00:00:39

voy a hacer como ustedes a dónde me he llevado eso a que parte de mi cuerpo. Ya yo he

00:00:54

conectado a que parte de mi cuerpo me llevaba, me llevaba específicamente a la garganta.

00:01:04

Entonces, serví las emociones en ese lugar, en el lugar que lo hayan llevado a ustedes,

00:01:37

verifico, llevo mi respiración a ese lugar,

00:01:56

a donde me lleva, que hay, a donde, que emoción descubrieron de atrás de eso,

00:02:13

que han sentido en la semana. Primero en que parte del cuerpo se les reflejo

00:02:20

una persona a dos que me digan.

00:02:28

A mí en mi padre.

00:02:30

En tu espalda, ¿vale? ¿Dos palda porque aquí altura?

00:02:35

Y la baja.

00:02:36

En la baja, ¿vale? ¿Venir? ¿Otra persona?

00:02:42

en el pecho, en tu pecho, vale, bien, entonces qué vamos a hacer ahora? Ahora, bueno, hemos estado

00:02:52

conectando con las sensaciones que pasaba con nuestro cuerpo, que pasaba con nosotros,

00:02:57

fue el simple esto y que no quedan de hacer, pero aquí, ¿qué cosas pasaba? ¿No? Que sensaciones

00:03:07

este era no, hasta los momentos hemos estado conectando con eso, con mis sensaciones, que

00:03:13

emoción hay detrás, siguiendo el movimiento, donde me lleva y sabemos que hay un pensamiento

00:03:18

que está produciendo esa emoción, oi vamos a saber cómo te indica que hay detrás de ese lugar

00:03:30

donde me lleva la emoción en el cuerpo, entonces les voy a decir más o menos que queda,

00:03:41

voy a compartir esto mejor y que vamos a observar aquí, disculpen aquí, disculpen,

00:03:58

ah, voy a compartir pantalla, estoy compartiendo pantalla aquí, no, sí, hay ven todos

00:04:05

mi pantalla, cierto, ven todos mi pantalla, y señora, vale, genial, entonces que vamos a

00:04:16

ver aquí qué parte del cuerpo, en qué parte del cuerpo, bueno, yo estoy con un visto que hay que conectar

00:04:26

con la sensación, luego con la interconexión básica, luego el que pensamiento produce esa

00:04:32

emoción, que pensamiento está produciendo esa emoción, los tipos de comportamiento que nosotros

00:04:36

consumimos, que usamos mucho a veces comportamientos evitativos para ya sea con aciedad, ya sea con culpa,

00:04:43

para no conectar con la emoción y a veces haya una emoción tras generación,

00:04:47

que un poquito la semana pasada está, estamos viendo eso.

00:04:51

Entonces, hay que cosas que yo tengo que tener claro aquí.

00:04:54

Cada sensación corporal está relacionado con un centro del cuerpo,

00:05:00

el cuerpo dividimos en parte como hay gente que le gusta trabajar con chalca

00:05:04

y todo ese tipo de cosas, bueno vamos dividir en un modo, comincide más o menos los puntos.

00:05:09

¿Dónde está la emoción? Nos va a decir en qué parte, en qué parte del cuerpo está, y entonces nos va

00:05:17

dar ideas de qué emoción hay allí, ¿vale? Porque a veces si como hago si el cliente no sabe

00:05:24

decirme qué emoción hay, no sabe decirme, no sabe explicarme qué emoción está allí guardada. Entonces,

00:05:31

bueno, simplemente lo que hacemos es depende de cada parte del cuerpo, vamos a ir, buscándolo. También

00:05:37

pueden mostrar los problemas habituales de defensa,

00:05:39

los mecanismos de defensa que utiliza a las personas para

00:05:43

protegerse y también ayuda en los indica por donde dirigir

00:05:49

la inducción.

00:05:50

Entonces vamos a ver, primero vamos con la parte raíz y la

00:05:55

con la sensación corporal que siento es o en la espalda dorsal

00:05:59

ya que el inquieto estaba por allí, en la parte dorsal, en la

00:06:02

parte del coxis, en la baja espalda, normalmente eso me tiene que ver con seguridad, tengo miedo a

00:06:11

mi seguridad, nos chico conectando, siendo una desconexión en la energía de refre. Cuando nosotros

00:06:18

vemos afectado esta zona, vamos a ver que eso está relacionado con la eslandula superrenal y me

00:06:24

está produciendo pánico y esto genera que el cortisol se suba en mi

00:06:31

organismo y la adrenalina también es decir que me disponga a correr

00:06:35

porque estoy ante un ataque de pánico y aquí tengo que observar qué es lo

00:06:42

que hay entonces normalmente qué que situación hay aquí aquí hay un miedo

00:06:46

profundo voy a pasarles rapidito aquí esto rapidito aquí tienes aquí aquí en

00:06:54

en ese raíz está el miedo. En el segundo está la soledad, en el tercero está las vamos

00:06:59

ir viendo qué cosas pasa allí en cada uno de ellos, ¿no? Luego tenemos la alegría,

00:07:04

la tristeza de selentosiasmo y la ira, depende de dónde me lleve. Esto es para cuando el

00:07:11

consumtante no se para identificar qué emoción hay. Entonces ya nosotros más o menos depende

00:07:17

de donde haya sentido las sensaciones vamos a ir a un lugar o a otro a profundizar en una emoción o en

00:07:27

otra. Nos vamos a ver aquí seguimos entonces aquí aquí pues obviamente que va a producir aquí yo

00:07:39

estoy en pánico tengo miedo se va a producir estos dolores dorsales este dolores en la espalda y

00:07:46

también aquí hay una pérdida de fe cuando la sensación corporal allí hay una pérdida de fe y

00:07:52

de confianza ante la vida ante mis ancestros entre mi país algo está pasando muchas veces los

00:07:59

problemas de dinero están relacionados con esta energía aquí en ese lugar cuando una persona

00:08:05

a ver en que parte tiene las sensaciones vale vamos a conectar con esa sensación en tu columna

00:08:11

vertebral y vamos a ver el dolor que tiene un un vago por ejemplo, entonces normalmente

00:08:17

tiene que ver cuando esa energía te luri, cuando somos ejercicios que funciona y la

00:08:22

inducción tiene que hacer imaginar que colocamos esa cola energética hacia el centro

00:08:28

de la tierra y conectamos y dejamos que fluya la energía de esa centro de la tierra. Entonces

00:08:33

aquí ahora yo creo que cada uno de ustedes indiferentemente si sus sensaciones corporales

00:08:38

están allí, imaginen que de su coxis van a apoyar su espalda en la silla y van a imaginar que

00:08:47

de por su coxis se conecta energéticamente a la madre tierra al centro de la madre tierra,

00:08:55

el núcleo de la tierra. Quiero que comprendan esa energía, la sientan la persima,

00:09:04

como se sienten su coxia esa energía de conexión con la madre tierra de

00:09:13

colección con el núcleo de la tierra como cuando me conecto con esta energía

00:09:41

desaparece todo miedo en seguridad aquí me siento apoyado acogido y arrullado

00:09:50

por la madre tierra yo tomo de esa energía telúrica tomo de mi madre, mi madre

00:10:02

tierra como se siente como se siente bien pero me la construyó en la espalda bien como

00:10:33

fría en la espalda acá bueno hay otra sensación y la cosa sería profundizar otra sensación

00:10:40

mal seguimos entonces como los demás como sintieron esa energía los como si se como si

00:10:54

y tuviera como recargándose como cuando tu conectas una pila esa recargada.

00:11:02

La falta de energía muchas veces es eso, que estamos desconectados de esa madre de tierra

00:11:08

o tenemos alguno de estos centros energéticos desbloqueados,

00:11:12

bloqueados, perdón.

00:11:16

Seguimos entonces con las sensaciones, están entre el humbligo y la pelis.

00:11:22

entonces que sucede con esas sensaciones allí en ese bajo vientre, esta, las sensaciones allí y todo

00:11:31

esta emoción, bueno, como les dije aquí, aquí tenemos, vamos a poner esto aquí, mejor,

00:11:39

un momentito aquí, le tenemos aquí la sensación de soledad, aquí esta, muchas veces surge esa sensación

00:11:47

de soledad y allí abajo o la excitación sexual.

00:11:52

No se recuerden que la excitación sexual, muchas veces estar relacionada con la soledad

00:11:58

y nivo, mi excitación sexual y entonces en el fondo me siento solo, no me siento acompañado.

00:12:07

Entonces tienen que ver con esa energía de este lugar.

00:12:10

que va a pasar allí, aquí me va a proporcionar la energía necesaria para decir si puedo ante la vida,

00:12:21

puedo dirigir mi vida y estar me conectado con la zona de la garganta, puedo dirigir mi vida como

00:12:26

quiero. Y este permite creer empezar a creer en tu capacidad de tomar tus decisiones, adaptar

00:12:34

a ciertos cambios. Entonces, está energía sexual por lo tanto, cuando hay la energía que está bloqueado

00:12:40

o la emoción que está bloqueada de la energía sexual, pues simplemente la sensación física se percibe en esa zona.

00:12:50

Respiramos profundamente, vamos a dirigir la tensión a esa zona y vamos a imaginar un proyecto que ustedes quieran,

00:12:58

o una decisión que tengan que tomar y van a dirigir la tensión y las sensaciones a esa zona.

00:13:06

y ya ves de cuando las personas los síntomas que están allí, ya ves de las personas tienen problemas en sus órganos

00:13:13

reproductores, en donde no se conectan con su propia género, a lo que no se conectan tienen problemas con su

00:13:29

propio género entonces no crean, que es su propio género, crean desde el género contrario, pero en lo

00:13:34

muchas mujeres que nos ocurre por su sufrimos de nuestros órganos sexuales de nuestro

00:13:40

ovario, de nuestro útero de toda esa zona. Entonces aquí yo digo si puedo ante la vida,

00:13:48

de observar las sensaciones como es la sensación de esa zona. Pidamos profundamente. Como

00:14:13

es la sensación de esa zona, esa energía creativa como es. A veces ustedes, cuando están

00:14:27

pueden trabajarlo con el consultante porque ustedes le empiezan a sentir en su cuerpo

00:14:31

por eso necesito que observen cómo son esas sensaciones en ustedes.

00:14:36

¿Cómo hay esta energía de este lugar?

00:14:42

Para mí es con mucho calor.

00:14:45

Mucho calor.

00:14:46

Mucho calor.

00:14:50

Alima.

00:14:51

Lo que yo sentí fue hormigueo.

00:14:55

Hormigueo.

00:14:59

Sí, yo sentí calorcito también ahí.

00:15:05

Vamos con el otro lugar donde está las emociones y deseo.

00:15:08

la mayoría de las personas percibe las emociones aquí por situando problemas de

00:15:13

tomacales, tanto problemas del digestivo. Aquí también conectan normalmente las personas

00:15:19

cuando conectan con una emoción inimitoria, ¿vale? Sentimiento de culpa, falta energía.

00:15:25

Aquí muchos diabéticos tienen esa zona también dañada, el sistema digestivo. Entonces, las

00:15:31

emociones están allí, allí no normalmente es como la prisión de las emociones. Allí

00:15:38

entonces allí voy apreciando las emociones, entonces esas emociones simplemente desconecto,

00:15:44

como podemos ver aquí la emoción que se esconde, detrás de ella es muchas veces el ajo,

00:15:51

está relacionado con el enzo modo, se mucha gente dice a que se bloqueada parte de abajo

00:15:57

cuando he sufrido un abuso, bueno pero normalmente es aquí donde se contiene la emoción de ese

00:16:04

y entonces a veces cuando lo hemos hecho,

00:16:07

busquen si le emoción que estás huyendo no es el asco,

00:16:11

para verificar.

00:16:25

O sea, aquí voy a tener síntomas y se me ha digerido.

00:16:28

Luego aquí vamos subiendo y vamos,

00:16:32

este separa lo sea bajo los de arriba,

00:16:34

aquí nos empezamos a tomar conciencia

00:16:36

de nuestros seres habituales.

00:16:38

Entonces, ¿qué pasa con esta persona?

00:16:41

Cuando es la persona sufre, esta persona,

00:16:43

esta persona no quiere cambiarse a toda costa, no se acepta como es, entonces en un problema de identidad

00:16:50

se presiden como llenos de defecto y no se acepta cuando experimentan sus emociones, entonces esto

00:16:56

es una zona cuando a mí me pasa mucho esto, esto es una zona que a mí me afecta bastante y entonces como un

00:17:01

hueco en el pecho, entonces para mí es así como hueco pero usted va a ser diferente, va a afectar el corazón,

00:17:08

los pulmones, los bronques, los hombros cuando la gente tiene todo el tiempo, los hombros

00:17:12

cargados, los brazos, las manos y la zona del timo.

00:17:17

Entonces allí hay una fuente de compasión, pero a veces puede ser una persona muy generosa

00:17:22

dando muerte a los demás, pero no se da muerte y mismos o el bicritico, se vuelve duro con

00:17:27

siguiente mismo.

00:17:28

Entonces aquí tiene que ver mucho la aceptación.

00:17:31

como vimos aquí, estábamos directamente la alegría, allí se bloquea la alegría, se bloquea la

00:17:41

sensación de conectar con la vida, de conectar con la alegría, el arque tipo aquí es la vida justamente.

00:17:50

Entonces aquí el trabajo sería conectar a esas personas con la alegría de vivir. Luego vamos con el

00:17:57

otro que vemos que es la tristeza que está bloqueado allí. Quiero que se den unos instantes

00:18:06

para que puedan sentir que son energía en ustedes. Energía es último de centro de su

00:18:14

preche como es energía, como se haciendo, como son las sensaciones allí. Alguien que lo

00:18:55

solta, por cierto, se quedan más doradas, las sensaciones.

00:19:03

Para mí es como un peso, un peso.

00:19:11

Aquí nos mujamos las sensaciones.

00:19:14

Simplemente vamos a observar para poder la genteificar fácilmente en el otro.

00:19:18

Vamos entonces aquí, en esta zona del cuello, cuando los personas tienen síntomas y en la garganta,

00:19:23

estar relacionado con la autenticidad y tiene que ver con el entusiasmo. Entusiasmo es estar en Dios, saber y entender nuestra

00:19:33

divinidad, entender las necesidades de nuestra alma y aprender a expresar esas necesidades de nuestra alma, realmente lo que no deseo. Cuando

00:19:42

cuando esta zona se bloquea o cuándo la emoción está y es condida, es que la persona no está escuchando su necesidad.

00:19:49

Vale, fíjense que allí está la zona de la garganta, esa zona de la tiroides,

00:19:55

no va a estoy escuchando mis necesidades, estoy escuchando la necesidad de lo demás,

00:19:59

tratando de satisfacer la necesidad lo demás, pero no las mío.

00:20:02

Tiene que ver con expresar mi autenticidad, ser auténtico,

00:20:06

que significa ser auténtico, tiene que ir relacionado a mis pensamientos, mis palabras y mis acciones.

00:20:13

A veces mi pensamiento a pero en la lado pienso que soy lo peor y yo estoy trabajando

00:20:17

enseñándolo demás a trabajar con su testima y entonces aquí se genera un conflicto interno,

00:20:22

entonces se bloquea y se daña a toda esa zona por ponerla a sobre trabajar, no estoy escuchando

00:20:28

las emociones que están allí. Entonces a esa zona es bien interesante, normalmente yo le siento

00:20:35

como un arducito en la garganta, como...

00:20:39

alguna persona la tiene como un nudo,

00:20:41

algunas personas se intensa, que edad, entonces,

00:20:44

es ir descubriendo, que hay detrás de cada un.

00:20:49

Vamos con la zona de la entresejo,

00:20:52

el que ver con la nariz y la seja cuando está allí,

00:20:55

tiene que ver con la inclusión, ¿no?

00:20:58

Entonces a veces cargamos esa zona y que puede haber allí un

00:21:02

profundo orgullo, la persona está una persona orgullosa que no quiere, se crea mejor que los

00:21:09

demás, entonces se afecta esa zona y ahí tenemos que ver qué es lo que hay, de donde viene

00:21:13

esa orgullo. La persona tiene que ser capaz de utilizar esa intuición, pero para desarrollar

00:21:21

su plan de vida, más allá de las apariencias, porque puede ser una persona que incluso quiere

00:21:27

impresionados de más solamente con las apariencias o con la

00:21:30

inducción que tienen como podemos observar el esto es

00:21:36

relacionado con el entusiasmo vale con estar en Dios, o sea las

00:21:39

personas que tienen poco entusiasmo normalmente las emociones

00:21:43

la van a experimentar allí y la emoción que queremos resaltar

00:21:47

la sensación lo surge en la frente entonces conectar con esa

00:21:51

persona para la inducción con el entusiasmo, ya sabemos y el

00:21:55

último por supuesto es la ira, la ira está bloqueado, está energía sirve para saber y sentir

00:22:03

más allá de toda duda de que nosotros somos diéuces en potencia, diéuces en embrión,

00:22:09

nos ayuda a conectarnos con la debilidad y saber que nunca estamos solos, muchas veces esto,

00:22:17

las personas que tienen tanta ira, la ira en el fondo es una necesidad de sentir que haya algo más

00:22:25

entonces cuando tú rechazas a alguien o cuando alguien te rechaza a ti, normalmente es esa,

00:22:31

allí en esa zona donde se experimenta.

00:22:35

Vale, y hay que trabajarlo y llevarle a la industria allí.

00:22:41

¿Preguntas y comentarios?

00:22:49

Sí, yo tengo una pregunta.

00:22:54

¿Por qué muchas veces cuando hay como algún bloqueo en la parte, ya sea sexual, como

00:23:01

la clase de suanto, raíz, también se afecta la carga de un tan.

00:23:06

Porque es la misma energía creativa. Una es la energía de aquí abajo,

00:23:11

es si puedo y la energía de abajo es si quiero.

00:23:15

La energía la garganta es si quiero y la de aquí abajo es si puedo.

00:23:19

Entonces, ¿qué sucede tan totalmente relacionadas a energía creativa?

00:23:23

Entonces, la energía creativa lo usamos para reproducir,

00:23:25

cada mi energía sexual,

00:23:27

o para expresar y crear algo allá fuera en el mundo.

00:23:30

Entonces aquí puede ser incoherente esta zona y obviamente entonces no puedo lograr hacerlo

00:23:36

que yo quiero. Entonces este, como les dije, este es el cipuedo y aquí arriba está el

00:23:40

cipuero. Cuando ya definitivamente en grano, pensamiento, emoción y acción, más del mismo

00:23:46

sentido del cipuedo. No basta con decir no cipuero, sino que es saber cipuero realmente y por

00:23:52

eso tenemos que ser congruentes, son energía creativa. Entonces en la misma, está conectada

00:23:59

en la misma energía.

00:24:02

Ok.

00:24:03

Gracias.

00:24:04

Solamente que como digo, en la energía de si puedo y la otra es siquiera.

00:24:10

Entonces, para si querer, tengo que integrar los tres aspectos, pensamientos, acciones

00:24:18

y emociones en la misma dirección.

00:24:23

¿Algún otra pregunta?

00:24:29

¿Para qué no sirve esto?

00:24:30

para que cuando yo escuche el problema en el consultante que va a pasar, yo voy a experimentar

00:24:39

en que parte de mi cuerpo tengo la sensación, que parte de mi cuerpo se activa o se

00:24:44

enciende cuando el consultante habla de su problema. Luego le voy a hacer la inducción

00:24:49

al consultante, a ver qué emoción, sientes, qué sensación, encientes, a donde que parte

00:24:54

de tu cuerpo te lleva. Y le voy a pedir al consultante que describa esa situación y voy a observar

00:25:00

en misma si es así y revisó si esa sensación está conectada con que con la emoción de esa

00:25:08

zona. Vamos a ver un poquito, es súper oscura. Voy a sacarle la última y se las voy a enviar por

00:25:20

un momento en crypto, se las voy a enviar por tele porque aquí vamos a ser un ejercicio,

00:25:28

nos voy a enviar todas, no, nos voy a enviar primero ahora para que nos se enrollen mucho,

00:25:31

o un ello te lo va a enviar la última primero.

00:25:46

Porque la última parte, la última chacra se conecta con la ira, es como más viserar

00:25:56

cuando conectamos acá con el flexión solar.

00:26:00

No necesariamente, porque es una mucha vez la ira en la sensación de soledad.

00:26:05

Entonces esa ira de saber, me solo en el mundo de saber, a veces se estiende con la ira

00:26:11

de Dios directamente se conecta directamente con la ira y es una de las emociones que se bloquean

00:26:16

en esas zonas específicamente es que enañamos a veces, si hemos visto a las estómago, no, pero es que todas las emociones son viserales, fíjense que

00:26:25

con el santo tenemos que la ira es la emoción viseral, no necesariamente es, esa la emoción viseral, todas las emociones son viserales,

00:26:38

Es que se siente casi 100 de cuando sientes un enojo, sientes un pasivo en el estómago.

00:26:44

Y hay que buscar realmente cual es ese vacío porque no necesariamente tiene a veces creemos que es justamente esa

00:26:53

emoción, que es esa ira, pero no. Por eso es que hay que buscar por eso que a veces trabajar con las emociones complejos y saber exactamente qué

00:27:00

emoción es de allí va la complicidad, porque las emociones se guardan, nosotros estamos

00:27:09

poco acostumbrados a trabajar con las emociones que lo que hacemos el colgado en el grupo

00:27:15

de telera. Estamos tan desconectados de nuestras emociones que lo que hacemos es cambiarlas,

00:27:22

por ejemplo, lo que siento azúcar, pero azúcar es una emoción que realmente me asusta a mi sentir,

00:27:28

entonces no quiero sentir el rocmaga de desbomitar, entonces que eso sea, creo que es hída.

00:27:34

Creo que ese hueco con el estómago gira, pero no, entonces por eso les doy esta clave que nos

00:27:39

va a ayudar a ir a nivel más profundo, que no es simplemente con la emoción que contáclo

00:27:43

y consultan si no vamos a verificar o el consultante.

00:27:47

Entonces ahora quiero que hagamos un ejercicio, el uno va a contar su problema.

00:27:53

Yo voy a observar qué sensaciones siento y lo otro va a describir cuáles son sus sensaciones.

00:27:57

a ver la diferencia entre uno y otro para que ustedes empiezan a conectarse desde donde

00:28:03

en qué parte siente la emoción para saber cuál es la emoción primaria que reprimimos,

00:28:08

lo que vamos a identificar es cuál es la emoción primaria y luego cuando lo diga y lo veo

00:28:14

a decir a mira si era esta y que hay detrás de eso, luego venimos aquí cuando tengo necesidad

00:28:19

para hacer esto. 15,000 o 2.

00:28:29

No, no, no.

00:28:40

Listo, 15 minutos.

00:29:04

Tienen las emociones puesto en Telegram, ¿vale?

00:29:10

Vayan entrando a la sala.

00:29:16

Vían a entrar a la sala, please.

00:50:36

Disculpen.

00:50:55

No va a terminar porque habían personas que todavía faltaban.

00:51:00

Viendo, pero ver el ya.

00:51:38

Vale, chicas, ¿qué tal le fue?

00:51:44

Paula, ¿y así día que te ale fue?

00:51:49

Hola.

00:51:50

Super bien.

00:51:53

¿Con tarte hasta con la emoción?

00:51:57

Sí, la emoción la tristeza.

00:52:01

Bueno, genial, lo sentiste en esa zona.

00:52:05

Normalmente a mí me haardé mucho la garganza.

00:52:08

Bueno.

00:52:13

Entonces, estuvimos haciendo el análisis,

00:52:15

hay que cantamos por hacerlo completo.

00:52:19

El pensamiento que produce la emoción para mí es la relación con mi.

00:52:25

más, o sea, me conecto con la tristeza de pienso en la relación con mi numa. El comportamiento

00:52:34

evitativo es precisamente como la irritación que siento, o es el enojo que siento cuando digo

00:52:43

las cosas, como que me cuesta mucho decirlo tranquila, lo digo con el enojo con la irritación,

00:52:53

como les. Bueno, es decir, que era el proceso de pueda generar problemas con tu pareja,

00:53:00

porque en un momento determinado, sin distristeza y lo que sale es rabio.

00:53:06

¿Tá igual? Tá igual luz. Siempre ha pasado a ti y yo he sufrido mucho por eso y

00:53:13

quería transformarlo porque es como es lo, pero entonces ahora, ahora que es su celse,

00:53:19

si habló de mi tristeza en lugar de mi rabia, en lugar de que salga rabia.

00:53:25

Yo creo.

00:53:27

Vale, pero es válido poder llorar.

00:53:33

Claro.

00:53:34

Y justamente me parece muy especial hacer ese ejercicio.

00:53:38

¿Por qué?

00:53:40

Porque justamente he estado pues últimamente trabajando mucho con mamá.

00:53:44

Yo les contaba mi compañera que, tanto es así que la vida me la mando para mi casa

00:53:49

literalmente a ver con ningún mes. Ayer se volvía ahí pero fete eso.

00:54:03

Y la emoción tras generacional es que mi familia, la materna se ha vivido como una carga,

00:54:15

porque ha sido como muy repetitivo que las mujeres nos llamamos olas con los hijos.

00:54:23

entonces ha sido una carga y eso ha hecho que a veces el afecto no sea tan fácil

00:54:32

estresárselo a los hijos y entonces como tengo mi niña de cuatro años a veces

00:54:41

siento que me cuesta es como que ella viene a mostrarme como eso que estaba atrás

00:54:48

que viene atrás y que todavía no está tan solucionada

00:55:03

Si me escuchaste.

00:55:04

Sí.

00:55:05

Sí.

00:55:07

Vale.

00:55:08

Aquí es bien importante que por ejemplo veas realmente que es lo que tengo que soltar como

00:55:18

mamá, dejar ser, dejar fluir para no seguir atascar en eso, que lo que tengo que dejar fluir,

00:55:27

y se ha dejado de contener o dejar las expectativas como maillan, empezar simplemente a aceptar

00:55:34

que pasa con los sectores, que pasa cuando deo de resistirme y simplemente el sector lo que es.

00:55:44

Sí mira que yo es lo que está diciendo yo como que lo entendí durante este mes que estuvimos juntas.

00:55:55

Ehh incluso estoy haciendo una carta

00:55:58

escribiendo que son esas emociones

00:56:00

y que es lo que ella me ha generado, que la relación con ella

00:56:04

y que es lo que yo siento que tengo que dejar de esperarte en mamá

00:56:08

Bueno, no podemos esperar nada

00:56:13

Ehh, ese es quizás el problema que es que no hay que esperar nada

00:56:16

ya nos dio lo que esperábamos la vida

00:56:21

Sí

00:56:21

Lo demás es solo aceptación

00:56:24

Y que lo sabes, yo les quiero

00:56:26

eso es lo que aceptación.

00:56:38

Sí, incluso yo le he vencido como si yo era

00:56:44

estado en un duelo durante esos últimos días con mamá.

00:56:52

Como es muy bien, ¿dónde es esa tipo de relación con ella?

00:56:57

Bueno, quizás no muriendo, quizás más bien,

00:57:00

empezando a estar aquí ahora,

00:57:04

es soltando y lo que está muriendo realmente son dos expectativas a ella.

00:57:21

A mí me está soluz, que me conecté mucho con no poder respirar y se me vino

00:57:46

una situación con mi papá de que a mi papá le pegaba mucho mi abuelita y hasta con

00:57:57

el hambre fue a le pegaba, le rompía, se me cierra la garra y se me sonó daquilo y creo que le tengo

00:58:08

miedo a esa violencia que tengo dentro, creo que yo también soy violento entonces esa sensación me

00:58:19

miud. Vale y como saca tu violencia. Trato de los sacados. Quizás esa problema. Hemos hablado aquí más de

00:58:40

una vez en nosotros a tratar de contener la emoción. Se da a buscar una manera de que salga de

00:58:45

contactar con ella, observar si yo todos los días me doy oportunidad a contactar con mi final la

00:58:55

violencia como se llama que emociona.

00:58:58

Mira, mira, vale. Entonces si conecto con lida todos los días, observo donde está,

00:59:04

que está como está hoy, que quiere hoy y todo esto, empiezo a conversar con ella,

00:59:09

establecer un diálogo con esa emoción, entonces pierde su aspecto terrorífico,

00:59:14

problema es que yo le he dado de ese aspecto terrorífico, pero porque no conecto con ella,

00:59:18

pero yo puedo empezar a conectar con eso y un trabajo que hemos venido haciendo,

00:59:22

conectar todos los días con la emoción, conectar todos los días que siento a que me impulsa

00:59:29

cuál es el movimiento, ustedes ya tienen la técnica no cierto, a dónde me impulsa sigo el

00:59:34

movimiento, lo sigo a ver, lo hemos estado haciendo, entonces tengo una herramienta de cómo

00:59:46

hacer, cuando sigo el movimiento completo, entonces ya no hay que mora la emoción, pero

00:59:59

y el movimiento completo a donde me se llevó el movimiento. Allí más.

01:00:10

Allí veo que hizo el movimiento de la emoción y me evictó.

01:00:20

Bueno, no sé si pues yo lo voy a hacerlo pero en mi caso pues el evento que decidí

01:00:30

utilizar para la dinámica para ver qué sensaciones pues,

01:00:35

que se surgían, era un poco un evento que yo tuvo un choque de auto, tenía como 19 años,

01:00:43

los frenos del auto me fallaron, preneé a 55 más por hora, carro del frente, y principalmente

01:00:54

en mi mente la palabra que surgiera a soledad y lo que sentiera pues como taco y la garganta.

01:01:01

y después el taco, pues la respiración corta, como escalofrío, como ganas de llorar,

01:01:08

el pecho apretado, pero después también me suprincoz como que me vino a la mente que me

01:01:15

ocurrió si fuera un como dos semanas después, dos semanas antes yo me había ogado con una piña,

01:01:21

entonces era bien extraño que yo le decía a mi mamá que yo me sentía que me estaba buscando,

01:01:28

a un después de la situación del carro. Entonces, yo pienso de esas noes coincidencias,

01:01:32

estuve 2 minutos sin poder respirar porque tengo una piña tan cada en mi garganta y aspiré

01:01:38

el líquido de la piña, en que entonces mi la garganta le sofa, o sea que eso es como musculo,

01:01:44

eso sigue presionando la piña, tiene líquido y aspiré el líquido a mis pulmones.

01:01:49

Mi extraño que era siempre bien relacionado con respiración corta, sentirme que me estoy

01:01:55

luego ganando, eso era los eventos que me vienen a la mente y casi y los demás eventos que

01:01:59

dicen siempre eran situaciones donde me sentía solo triste y sin protección. Después

01:02:06

hay siempre las sensaciones rondaban esas situaciones y no lo había relacionado que esas sensaciones

01:02:12

eran tornando tanto a la soledad como la tristeza, no la relacionado. No, no, no, yo creo que

01:02:21

ni la madurez, ni mi mi mi sentido seguro como para poder entenderlo. Porque pueden esas

01:02:30

situaciones, esas situaciones yo me quedaba frizado, era las reacciones que yo no me podía

01:02:35

mover, de defenderme, de hacer algo no hacía nada. Entonces pues ahora que creo que tengo más

01:02:44

movimiento pues con lo que hemos estado manejando, pues he podido analizarlo sin sin estar en este

01:02:51

estado de hecho que no te permitan analizar nada.

01:02:55

Entonces sí, pues, no te esas sensaciones que son las mismas

01:02:58

repetidas en cada situación y que ante la bella como que pueden,

01:03:02

no sé qué será, pero ahora que hemos pasado por todo este

01:03:06

proceso, puedo analizarlo y entender de dónde sale, que un sentido

01:03:10

de soledad por falta de protección.

01:03:12

Siempre en esa situación es mi papá, no me permitían tomar

01:03:17

decisiones para yo protegerme, pero tampoco me protegían.

01:03:19

entonces yo me voy a cualas conozcadas, que es lo mismo como sentiste que te estás hogando,

01:03:24

entonces no puede respirar, quieres sobre ir, pero algo te está como fundiendo, es todo un

01:03:30

proceso extraño de pues no tiene chance de ningún tipo de sobrevivencia, se puede me

01:03:37

merece situaciones, me sentí de esa manera y creo que entenderlo trae, no sé si es el movimiento,

01:03:43

pero por lo menos creo que entender eso me ayuda a mi, pues, algo interesante.

01:03:49

Bueno, gracias, Victor. Ahora, la siguiente parte que veo que casi ninguno lo hizo es seguir el

01:03:59

movimiento que te lleva esa emoción, es sentirse, seguir el movimiento completo y ver qué imagen

01:04:07

surge y continuar el movimiento en ese mar. Seguir el movimiento corporal que tiene que seguir el

01:04:19

movimiento que le lleve a hacer la emoción, seguir ese movimiento, observar la imagen que

01:04:28

detiene y continuar el movimiento en la imagen. Sí, cinco minutitos, diez minutitos para

01:04:43

que lo hagan los dos. 10 por favor, vale, con la viejo persona, continúen el movimiento.

01:13:11

no te llegue, me llegue al cune maje, no. Ah, en este momento que si me llegue al cune maje, oscuridad, oscuridad como, como no sé como decirlo, como una niña rucadita,

01:13:46

es una cosa, sólo o sea, si oscura, ahí es la deja, como algo así, en lo que se me viene a la cabeza,

01:14:03

que no le permiten hablar, no sé siquiera se escribirlo tuyo.

01:14:16

¿Siguiste un movimiento o cláudia?

01:14:27

la palabra para mí es censura. No,

01:14:33

hables simplemente sigue el movimiento.

01:15:04

Tras pasa la sensación de la garganta,

01:15:10

surgió una imagen de esa sensación y

01:15:15

continuó el movimiento en esa imagen.

01:15:31

Como rechazo.

01:15:34

Simplemente continuó el movimiento.

01:15:38

Hace lo contó tu cuerpo.

01:16:12

Llegar el movimiento hasta el finado y

01:16:21

y continuar movimiento en la imagen también.

01:16:29

Visualista que lo haces en la imagen.

01:17:27

Mira profundamente.

01:17:42

Y a tesoro en tu corazón,

01:17:44

él aprende el saje de ese movimiento.

01:18:04

Mejor, el área de vosalita.

01:24:48

Hola, chicos, ¿qué tal le fue?

01:24:51

Muy bien.

01:24:53

Muy bien.

01:24:55

Continuaron el movimiento?

01:24:58

Sí.

01:25:02

Estrañamente pensaba que puedes que me iba a llevar a...

01:25:05

no sé, hacer algún movimiento,

01:25:07

gustarme en el piso, algo así, como otra vez es ha sido,

01:25:11

pero esta vez me lo que me llevó a quedarme parado,

01:25:14

sin moverme.

01:25:16

Y lo que me surgió fue que era un...

01:25:21

No sé, como eso fue lo que me vino a la imagen,

01:25:23

era como un diálogo.

01:25:24

Y lo que me decía era que un deseo de yo que poderme

01:25:29

quedar sin moverme, mientras en una situación de crisis,

01:25:33

lo primero que te exige, que te muevas,

01:25:35

que corras, que uya, que pelees, que resuelva la situación, que aparente sentir, se

01:25:40

poderá como que yo para el mobile, para que mi cuerpo,

01:25:44

inténamente, pueda moverse y entender lo que está ocurriendo.

01:25:47

Como tiempo para procesar y cuando analices a situación en notube,

01:25:52

tiempo para procesar el verado, resuelve la situación, tienes que

01:25:55

comportarte como adulto, sin serlo. Y pues sí creo que luego que lo

01:26:01

me sentí como con más fuerza, más energía y me sentí un poquito más alerta, y más

01:26:10

alivial, no sé, creo que pues ayuda mucho.

01:26:13

En realidad, ya que lees.

01:26:16

Sí, yo terminé movimiento, es como que el movimiento me tiraba hacia abajo, pero yo me

01:26:23

di cuenta en el movimiento que yo quería cambiar el movimiento y el movimiento era como pegarle

01:26:30

entonces claro con victor que trabajamos medio entender una cosa que razón muy bien y

01:26:38

me hizo sentir mucho alillo y que me acordé mucho de ares mira qué bien si te que yo

01:26:48

reprimí ese movimiento porque le tenía miedo entonces reprimo también el impulso hacer las cosas

01:26:57

exactamente es exactamente en mira qué bueno que te lo asociaste con el

01:27:02

área del arquetipo, no es cierto porque justamente esa energía de acción.

01:27:08

Entonces claro, la reprimida me iba como a la muerte, porque si lo de alguna forma

01:27:13

en vez de irme a la acción, porque la reprimía la acción.

01:27:18

Que bueno, por el miedo. Me encanta todo.

01:27:21

fue muy enriquecedores ejercicios y

01:27:26

Victor me hizo muy bien porque él dice que ya lo había pasado.

01:27:31

Entonces como que me lo dio entender muy fácilmente yo asocié

01:27:36

en medio de la tarea.

01:27:38

Entonces claro, claro, reprimo, viera y reprimo también

01:27:43

mi impulso.

01:27:44

Genial.

01:27:46

Genial.

01:27:47

Por cierto, ya no me he estado en la clase.

01:27:50

oísa de que vía para 3, me llegaron visitas que no avisaron que venía y estaba sola.

01:27:57

No pude entrar a la clase y tenían mucha rabia acordándome de la ira y de ese

01:28:03

hecho porque me avisan que van a venir y yo estaba sola y no le podía no abrir la puerta y fue

01:28:09

a otra. Bueno pasada la verdad en grabación. Sí, pero me la advertí igual.

01:28:15

tenía la ver a algún alguien más como le fue a dir a como te fue a ti.

01:28:23

Este con un cúmulo de emociones luz está trabajando en la primera parte con Yuri y

01:28:30

nunca se ve la noticia de mi resultado.

01:28:34

Entonces, tuve que detener un poquito la ficción y mi pero hubiérlo.

01:28:40

en el resultado? Sí, no son muy buenos, son negativos, entonces hay malenidad,

01:28:46

es cáncer, ya está confirmado, hay que repinar todas las tiroides y el doctor fue muy

01:28:53

explícito conmigo, está en un nivel, hasta los niveles, está en un nivel 5, pero todavía

01:29:01

al retirar las tiroides, todavía hay manera de volver a analizarla y como parte de la

01:29:07

como más en pedacitos para ver hasta donde invadió o si solamente está invadida a la tiroides,

01:29:14

o los géneros binfáticos o las géneros de calcio. Sin embargo me dice que bueno ahí todavía

01:29:24

muchas posibilidades que cancer finalmente es el cancer de tiroides es el más suave por así decirlo.

01:29:32

de momento me sentí muy tranquila el vídeo está también en mis

01:29:37

ilugía se conoce con el médico que va a ser la cirugía y el

01:29:40

fuego del que me mandó entonces pues ya seguirá el tratamiento con

01:29:44

mío entonces estoy en manos de dos especialistas que creo que son

01:29:50

los adecuados y llegaron justo en el momento porque los médicos

01:29:53

anteriores habían dicho que era benigno y ahorita pues con el

01:29:59

el ejercicio me ayudó bastante yuri, conecté muy bien con ese miedo, porque aunque yo

01:30:06

sabía o sentía esa emoción de que pudiera ser maligno, me sentía en parte de

01:30:12

tranquila, pero siempre miemente dice con este cáncer si puedo, tal vez con un cáncer

01:30:21

de color no podría y con este si puedo.

01:30:23

esto, mira, una de las cosas que a mí me funcione, me sirve bien, bueno ya yo propio

01:30:29

la de contó mi caso, una de las cosas que funciona y que sirve muy bien, de verdad, es

01:30:36

agradecer, agradecer lo que llega, agradecer en lugar de ponerte y al luchar, me

01:30:43

carismos naturales es luchar contra eso, no, un cáncer, es cualquier como cualquier otra

01:30:49

enfermedad cualquier otro síndoma que nosotros tengamos es alguna manera

01:30:55

premensaje y un mensaje básico de emocional, psicológico y lo único que nosotros podemos hacer en un

01:31:06

principio es agradecer eso cuando agradeces su energía tan netotamente mira hay un

01:31:15

hay una historia de la fe que me gusta mucho, no sé quizás te sirva, porque pueden

01:31:22

entender todo el or, porque bueno, yo paso por eso mismo y sin embargo, yo estoy más

01:31:27

en tranquila, tengo tres historias, ¿vale? Entonces, ¿qué nosotros hacemos? Y esto

01:31:35

hay que declarar. Hay una historia de unos campesinos que estaban, no sé, algunos buenos

01:31:42

a la historia de unos campesinos que estaba muy preocupados porque su cosecha se iba a perder

01:31:49

porque no yo via. Entonces van al parroco y le dicen a ver este padre y cuándo nos que

01:31:54

podemos hacer porque nuestra cosecha se va a perder y entonces el parroco le dice pues

01:31:59

oren muchos a ganplegaria que la femua de montañas y entonces bueno ellos van y se reúren

01:32:06

entre todos y todos empiezan a desplegar y ahora y ahora y ahora y ahora y ya hace mucha

01:32:11

de su menación, no sé qué, y al final acabo no llueve. Y entonces este, el

01:32:17

vagadil, le dice que hoy, a mí le pade en nosotros, hemos hecho todo lo que nos ha pedido,

01:32:20

no sé qué, hemos hecho plegar, y hemos orado con mucha fe, con mucha confianza, pero nada.

01:32:26

Y entonces le dice, pero seguro que han orado con mucha fe y le dice, sí,

01:32:31

este pues yo no estoy tan seguro porque si no, los viera todo con para agua.

01:32:39

entonces, bueno, el leja de este cuento, ¿vale?

01:32:46

Es, ¿cuál es el impulso natural? Fija tu, el impulso natural, si yo tengo fe, ¿cuál

01:32:54

sería el impulso natural? El movimiento natural, ya que estamos hablando de un movimiento.

01:32:58

¿Cuál sería si yo tengo fe suficiente cuál sería el movimiento natural?

01:33:04

Exionará base de lo que quieras que ocurra, por lo que tu convicción te lleva a que sabes

01:33:10

es que va a ocurrir, porque la convicción te lleva a decir que sabes, que sabes que va a ocurrir.

01:33:17

Exactamente. Y entonces, ¿a qué me llevo a mí? Esto que me está pasando a mí.

01:33:22

Bueno, los que no saben, nunca se lo de mamá me lo tienen en un secarón recientemente.

01:33:27

Y pues simplemente a qué me lleva esto, ¿vale? A vivir, hacer las cosas que quiero hacer,

01:33:34

a disfrutarme, a agradecer todo lo que llega. ¿vale? Como lo más, es que bonito, además

01:33:40

eso que tan parecido a fuego artificial es así en la playa curiosa no sé qué

01:33:43

días, ese es el abroye aquí pero bueno, tengo un fuego artificial en particular.

01:33:47

A menales que yo digo, fíjense esto no la mania. Entonces justamente eso,

01:33:53

vive en la confianza de que todo va a ser bien y sigue viviendo.

01:33:59

Seguimos focándote en tu sueño porque a veces la cosa es bien foco en esto y

01:34:03

eso lo orno, agradezco lo que sea y sigo viviendo, sigo disfrutando, accionando,

01:34:09

con confianza de que mi vida está y sigo porque ya le estoy diciendo hay muchas cosas

01:34:15

pegadas al cáncer y el cáncer es como otra enfermedad o cualquier otra enfermedad

01:34:20

lo que pasa que nos ha contado tantas y yo no negativo porque el tratamiento del cáncer

01:34:23

salen calísimo y pues bueno porque a jurjente vive disfruta, este agradece todo momento y

01:34:32

vive como si estuvieras viviendo intensamente, porque eso te da no hay nada más que bajen

01:34:41

nuestro sistema inmune y ahí vimos, no la chakra de raíz, esa energía raíz que es la

01:34:48

conexión con la tierra, la conexión con nuestra madre tierra, que sucede que si yo estoy

01:34:54

en sensación del arma, dengúste a constantes, se altera mi urgenismo y se baja mi sistema

01:35:01

mi monológico. Yo necesito que ya ahora la tenerlo en el sistema

01:35:04

de monológico es aprecioso, la forma fiscal. Este es un sistema

01:35:09

de monológico fuerte y para ello vivo. Entonces a la que te sirva,

01:35:15

esa historia, la te estoy dando, porque yo tengo fe absoluta de que bueno,

01:35:20

lo que sea que se ha que venga ya sea una cosa u otra, pues lo ha

01:35:24

todo como humildad, como agradecimiento aprendiendo de la experiencia o alegría.

01:35:34

La seguridad de que en esto no estoy sola, ni alma, Dios, la debilidad, la energía,

01:35:41

como usted lo que era llamar yo creo que era un Dios, me amamos dando una aprendizaje

01:35:46

esto y me lleva de la mano. Entonces, confíen eso.

01:35:50

La seguro que eso ayuda mucho su mente,

01:35:54

al reconciliado, en todo mundo me dice, pero como puedes

01:35:57

arrastrando en quí de yo, pues sí, eso es tranquila.

01:36:00

Agradecida a todo lo que es.

01:36:03

Sí, he aprendido mucho de ti, los muchas gracias.

01:36:07

Y con lo que trabajó Yuri conmigo también me agradecidan

01:36:12

me ayudó a poder bajar ahorita y comentarles a mi familia.

01:36:17

Sé que siempre he sido el pilar y eso es lo que ahorita me tumba, no?

01:36:22

Pero ya estoy hospitalectida.

01:36:24

Entonces es como ayudarles a ellos a ellos a tener esta.

01:36:30

Ahí estamos un error.

01:36:33

Ahí tenemos un error.

01:36:35

Pero que explica una vez que hay dos tipos de personas que le da cáncer.

01:36:39

A los que tienen mucho resentimiento y rincor.

01:36:42

y a las personas que quieren carrear cual mundo a su espalda.

01:36:46

Y quieren resolverlo, problemas de todas las personas.

01:36:49

Ojo, cualquier síndrome de enfermedades trae un regalo cariño mío

01:36:53

y no puedo seguir actuando como venía a actuarnos.

01:36:59

Eso sí, eso es un cambio.

01:37:02

¿Vale?

01:37:04

Hay un cambio no crean los médicos, normalmente creen que solamente

01:37:07

el cambio cortado sacaré y ya, no, no, no, nosotros,

01:37:10

los son contra la pregunta y sabemos que hay otros cambios que tengo que hacer y una de las

01:37:15

cosas quizás es empezar a ocuparte de ti y dejar que y confiar que los demás van a poder

01:37:22

resolver, no puedo cargar el mundo en mi espalda, entonces sin haber una reestructuración o

01:37:31

movimiento de todo, yo estoy haciendo un movimiento de todo, econecándome conmigo, con mis sensaciones,

01:37:37

con un empresario y yo siento, no quería en resolver y cargar el mundo en mi espalda que es de

01:37:41

de mi manera, también. Entonces, ¿qué me está trayendo?

01:37:46

Se regalo la vida ahora.

01:37:48

Entonces, reaprendiendo cómo aprender a caminar de nuevo.

01:37:52

Aprender mejor en qué har con la vida es otro lugar.

01:37:56

Un abrazo totalmente porque, ¿hás ni qué bonito?

01:37:59

El que tengo que sacarle una foto porque está super bonito.

01:38:02

Este, a más que como que a mena lo que estoy diciendo, ¿no?

01:38:05

Super bonito.

01:38:06

Vamos a ver si se llega a tratar, ¿no?

01:38:10

No sé si se llega a tratar, pero bueno, se los paso por teléfono después.

01:38:20

Super bonito. Es como que a mí me la has hecho que estoy diciendo, es lo que estoy

01:38:24

diciendo la magia, ¿no? A mí me ocurrió bueno saber.

01:38:27

Se ve así como alulejo, ¿no?

01:38:30

No, que bonito imagen.

01:38:32

Si hay muego, hay donde de fuego artificial es como a mí, a lo que estoy diciendo de diferentes

01:38:37

colores y tan celebrando algo no tengo ni idea yo nunca se en que fecha

01:38:40

vio. Creo que son las fiestas ya de Bilbao que empiece. Entonces debe ser eso.

01:38:47

Gracias, ya dira, un abrazo de corazón a corazón y que sepa que te entiendo

01:38:52

obretamente porque, bueno, un proceso por lo cual yo también he sido pasando de

01:38:57

otra manera porque yo no me metí lo todavía en la dinámica de médicos y nada

01:39:00

de esas cosas. Esto de poco a poco me resisto un poco hacerme la bióxia.

01:39:04

después de ver si me toca aceptar no sé, leire bien, pero yo utilizo mis

01:39:10

agroesas, pero no me me magnetismo y trabajamos con yo magnetismo y con eso

01:39:14

se va bajando y todo, busco siempre otras maneras alternativas trabajando emocionalmente

01:39:21

pero ahora son muy grandes, gracias, posiblemente a mi meración no nos veamos pero para el

01:39:27

pero esperemos que sí. Mucho ánimo y es

01:39:31

haremos pendiente de todo.

01:39:33

Gracias.

01:39:34

Un abrazo.

01:39:36

Vale, alguien más.

01:39:40

Le gustaría compartir.

01:39:42

Hola, Sivia.

01:39:43

¿Un gusto?

01:39:44

Hola.

01:39:45

Uai, mente.

01:39:48

Me gustaría compartir esto porque tengo mucha angustia.

01:39:53

Mucha, mucha angustia y toda cargada en el corazón.

01:39:57

Y durante el ejercicio, mi compañera no me pudo

01:40:00

escuchar, pero nos escribimos y cosas así y me da cuenta que una de mis angustias es hablar.

01:40:08

Esto ahorita estoy hasta temblando y resulta que vivo en Estados Unidos soy maestra español y yo le

01:40:15

chaba la culpa de idioma, o sea me da nervio, me acabo de cambiar rescuel a hablar con los maestros y

01:40:20

todo esto y yo decía pues es el inglés, pero me da cuenta que no es el idioma, es algo que me da angustia,

01:40:29

me da mucho nervio, ahorita estoy muy nerviosa y casualmente mi compañera Claudia no me podía escuchar.

01:40:39

Entonces era conseña, era escribiendo y ella también trae un asunto como diablar,

01:40:45

las dos eran como un asunto de hablar, un tema por ahí conectado.

01:40:53

Entonces en la imagen que yo vi y todo esto me dio temblando,

01:40:57

la imagen que yo vi fue una imagen de una fuerza de esas fuerzas que te con la camisa de fuerza de

01:41:03

locura de las que se usaban antes ahora no tengo idea pero ya sabes de esas que estás así.

01:41:08

Eso fue lo que yo vi.

01:41:11

Y si pudieras hacer un movimiento que te llevara ese imagen que un movimiento sería.

01:41:19

Al principio era un movimiento circular y después era mucho calor aquí.

01:41:25

mucho calor y enojo, mucho calor, mucha ira y la frase que entonces ahí está la

01:41:32

emoción, la emoción es la ira. ¿Qué? ¿La frase? La frase que de hecho de Dios se lo comentaba

01:41:43

Claudia era pedirle perdón a mi papá, pero no entiendo, no lo logró mezclar, no lo logró integrar,

01:41:53

porque se perdona a él.

01:41:59

Esa es la profunda mente.

01:42:11

A donde te lleva la ira?

01:42:14

Sigue el movimiento.

01:42:15

Todos en el grupo sigan el movimiento de la ira.

01:42:20

De la ira de ella.

01:42:28

Lo siento muy cargado en los brazos.

01:42:31

Esa son mis manos,

01:42:32

mis brazos,

01:42:35

la boca.

01:42:43

Visualiza mamá.

01:42:49

Ni la mamá.

01:42:52

Mamá.

01:42:53

Pero esta ira estoy...

01:42:56

te quiero mucho, pero está ir a estuñá.

01:43:15

Mamá, te quiero mucho, pero está ir a estuñá.

01:43:21

¿Cómo se siente?

01:43:26

Ya siento mucho mejor.

01:43:27

Todavía un poco con tembló, los oídos como calientes,

01:43:38

como con sorpresa, como con sorpresa.

01:43:43

Así me siento.

01:43:45

Yo te invito a través de la semana,

01:43:48

y constantemente ese repitiendo esa frase como mantras durante un tiempo.

01:43:53

¿Ele esa semana? Y la semana que viene seguimos a ver qué paso.

01:43:57

A ver qué movimiento haces.

01:43:58

Sí. Gracias, así.

01:44:01

Gracias.

01:44:04

Y además, estábamos sacando en el que ya está hablando,

01:44:07

les saqué más fotos todavía.

01:44:11

Alguien más.

01:44:12

Bueno, yo sí efectivamente como lo decía, así,

01:44:16

y diría, el tema mío es que esta el tono de voz me cambió, se me aclaró, estaba con

01:44:22

todos, no podía hablar y eso es lo que estaba sintiéndose literalmente era como no poder

01:44:30

eso expresarme, era como la vergüenza.

01:44:35

Sí, por eso yo vi que estaba ahí, como tajada entre las dos tal y que si yo dije, mira,

01:44:40

voy a intervenir rápidamente para...

01:44:42

y tal y tal, maquera la misma energía por eso también.

01:44:47

Y es que fue impresionante porque yo no la podía escuchar y ella pues obviamente

01:44:54

tampoco podía yo intenté hacerlo solo la pues ya seguir el movimiento y le contando a ella

01:45:00

pero sí obviamente si necesitaba y finalmente lo que hice fue eso como lo que sentí fue eso salir, salir

01:45:07

por... y de hecho, si siento la garganta completamente despejada en este momento, si la voz me aclaró,

01:45:17

estaba... bueno, en fin, es el proceso que estoy llevando.

01:45:21

Pero gracias, muchas gracias.

01:45:23

Te llevas a la gría.

01:45:27

Y satsippaccio.

01:45:28

Muchas satsippaccio.

01:45:29

A la gría conectando con el siguiente nivel, mira.

01:45:35

Sí.

01:45:36

Muchas gracias.

01:45:37

aquí. Hay más chicos que se llevan. Yo me llevo. Vaya. Diana primero. Yo me llevo aceptación,

01:46:01

porque me sigo ahí atrás de pasada, también se habló y he trabajado que si no es con paura,

01:46:08

llegamos a negras en el punto de esa aceptación de la vida que la mamá. De lo que es.

01:46:22

no saben la paz que da el aceptar todo lo que es. Hay dos palabras para mí que son clave, que bonito, aceptar y agradecer. Para mí no hay nada más, aceptar y agradecer.

01:46:42

Si solamente no fuéramos a esa dos frases, nuestra vida lo aplicáramos y lo viviéramos,

01:46:49

fuéramos más frices.

01:46:54

Y más, ya que alguien que te lleva, me llevo bien más tranquilidad y agradeciendo

01:47:02

y aceptación.

01:47:04

Y más, confiándose y agradecimiento.

01:47:14

confía que es sostenida, alima. Yo me llevo los compañeros gratitud y también

01:47:46

mucha aceptación, creo que esa es la clave como conexión con eso, por todo lo que ocurrió

01:47:54

y en la clase. Gracias.

01:47:59

Bueno chicos, este me despido, muchísimas gracias por estar. Le dejaré varios ejercicios

01:48:09

que el movimiento por allí entonces haré varios del sitio que tienen que ver con esta misma energía

01:48:15

para que lo vayan haciendo en la semana. Un abrazo muy grande, nos vemos en la siguiente y pues

01:48:22

que tengan bonitas semanas, igual, agradecer todo lo que llegue y aceptar, no queda otra, pero lo hago

01:48:31

con el gría. Un abrazo muy grande, nos vemos en la siguiente, chau, a ver, Mari Pocita, un besito,

01:48:37

vemos en el canal, hasta luego, vemos en el canal, ¡hasta luego!