

Transcripción

Separarse de la familia de origen

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

00:00:03

La relación de pareja nos da muchas satisfacciones, pero también que muchas inquietudes,

00:00:14

mucha ansiedad, muchos miedos, porque eso sabe esto. Esto sucede porque de alguna manera

00:00:27

todos tenemos un ideal de lo que es una relación de pareja y de donde vienen esos ideales

00:00:34

o de dónde viene esta visión de la relación de pareja.

00:00:41

Obviamente de nuestros modelos, ¿y quién nos fueron nuestros modelos?

00:00:46

Nuestros increíbles, maravillosos padres, con su magia, con su nomagia.

00:00:58

Hay dos aspectos importantes en nuestra visión de la relación de pareja,

00:01:04

primero que nada, cómo fue nuestra relación con cada uno de nuestros padres.

00:01:12

Si bien es cierto, nuestra madre representa nuestro mundo afectivo,

00:01:20

nuestro padre representa cómo exploramos el mundo y cómo exploramos una relación de pareja.

00:01:28

Entonces, si con nuestra madre hemos tenido una relación muy cercana, muy conflictiva o muy alejada

00:01:36

o con nuestro padre eso va a afectar de maneras diferentes, una relación de

00:01:42

pareja. Por eso es que no siempre aunque seamos hermanos vivimos las

00:01:48

relaciones de pareja de la misma manera, porque un hermano puede haber

00:01:53

estado muy apegado a mi madre y de repente yo lo mejor estuve muy apegado a

00:01:57

mi padre y en conflicto con mi madre o mi hermano viceversa. Y esto va a cambiar

00:02:03

ni enfoque cuanto a las relaciones de pareja.

00:02:07

Entonces, influye mucho como fue la relación con mi padre y con mi madre,

00:02:13

el primer aspecto que influye en la relación de pareja.

00:02:18

Luego, el segundo aspecto es que tipo de relación han tenido mis padres en sí,

00:02:25

que tipo de modelo he visto yo de relación de pareja.

00:02:28

pues era una pareja que estaban ausente, una pareja que uno era sacrificado, que eran indiferentes,

00:02:34

que no estaban juntos, que subían soledad, que estaban por costumbres.

00:02:38

Tu senso me va a dar una visión de lo que son las relaciones de pareja.

00:02:43

Obviamente hay un tercer punto que lo voy a tocar aquí, bueno, también lo que se ha vivido anteriormente

00:02:51

en el sistema de las relaciones de pareja.

00:02:54

como decimos muchas veces, a veces somos como niños pequeñitos girados hacia una relación de

00:03:05

pareja determinada que sucedió en el sistema o hacia alguien que se quedó olvidado en el sistema y

00:03:14

yo estoy llenando ese espacio y eso también afecta como yo persivo en mi relación de pareja. Entonces

00:03:23

estos dos primeros puntos, lo que he dicho, el tipo de relación que he tenido con mis padres,

00:03:29

interfieren en mi mundo emocional emocionalmente, cómo yo estoy para una relación de pareja y el tipo de

00:03:37

modelo que yo he visto en mi relación de pareja es cómo yo me voy a comportar en una relación de

00:03:43

pareja y aquí voy a buscar en una relación de pareja, es decir, normalmente dentro de cada hogar

00:03:50

se asume en juegos. Entonces, que es sucede que si yo he visto que mi familia se ha relacionado de tal o cual manera,

00:04:01

yo de esos papeles yo digo, bueno, mira, yo me edifico mucho con mi mamá.

00:04:07

Entonces, mi mamá en la relación de pareja que ya tenía,

00:04:11

tenía la relación, mi mamá, mi papá era perpedador y mi mamá víctima.

00:04:15

entonces que hago pues mira simplemente si yo me siento más identificada como mamá yo digo pues

00:04:21

mira yo soy víctima en la relación de pareja yo mamá estoy aquí conmigo yo también soy víctima

00:04:27

en la relación de pareja o por el contrario soy perpetrador como papá entonces que al

00:04:33

sozar que si yo voy por la vida siendo la víctima al divinen quien busco por el modelo que ya

00:04:39

yo vi de relación de pareja busco a el perpetrador y entonces vamos para poder formar esa

00:04:47

unión de pareja porque es el modelo y realizado entre comillas, porque es el modelo que yo he

00:04:53

tomado de mis propios padres. Ah, resulta que yo he visto una relación que está por costumbre

00:04:59

donde el padre sumir si la madre de tipo Bajo, que la mujer es muy fuerte y el padre sumirso.

00:05:05

entonces resulta que yo me siento identificada con papá y entonces yo si lo asumizo y me obvio

00:05:11

alguien que me decían, entonces esto va a afectar como yo percibo mi relación de pareja y

00:05:21

lo otra generacional va a afectar en el vacío que yo siento, lo que el espacio que hay vacío en mi

00:05:34

relación de pareja. Qué es lo que yo siento que está faltando en mi relación de pareja.

00:05:39

Ya sea, que tenga o que no tengo pareja. Qué es lo que yo siento que falta? Entonces, lo que

00:05:44

les he contado, ¿no? El tipo de relación que he tenido con cada uno de mis padres, mamá,

00:05:52

me dice cómo yo, efectivamente, me voy o emocionalmente, me voy a conectar con el otro.

00:05:59

papá como yo voy a salir a buscar esa relación de pareja y luego el tipo de relación y con el

00:06:07

cual yo me ha identificado más que papel asumo para saber qué es lo que yo voy a buscar allá

00:06:11

fuera, eso lo hacemos a nivel inconsciente y el traje nera nacional lo que el engancio de

00:06:17

la generación al que hay el vacío que yo siento en la relación uva el problema que yo siento que

00:06:23

en la relación. Entonces esto aquí vamos armando el pequeño infuso que suceda en las

00:06:28

relaciones de Paráxal. Entonces a lo que lo he visto mi especialidad en psicología

00:06:33

es pareja, hay en una lique me gusta y me aparece fascinante. Entonces qué tipo de relación

00:06:40

he tenido con mis padres? Hace una relación cercana, si es una relación cercana con uno de

00:06:47

estos padres que va a pasar una relación cercana me lleva a qué cosa, me lleva a que yo establezca

00:06:55

con alguno de ellos un miroces emocional y cuando yo establezco un miroces emocional,

00:07:00

qué es lo que yo estoy haciendo, estoy sustituyendo, supongamos mi relación particularmente en mi caso,

00:07:06

mi relación con papa era sumamente cercana y entonces que pasa conmigo entonces supló a mamá

00:07:17

su situyo a mamá en la relación. ¿Por qué? Bueno, porque mi padre se sentía

00:07:23

identificado conmigo, mi padre pensaba que yo era inteligente, que era bonita,

00:07:29

que era brillante, entonces me llevaba con él a los restaurantes, a compartir y

00:07:34

hacer este negocio en restaurantes. Yo en representante con él, guapísima y todo lo

00:07:42

más bueno en aquel entonces era guagua, hubo písima junto con el mismo restaurante, ¿no? Entonces

00:07:48

fíjense que esa cercanía con papá me ayudaba que yo tuviera un insac emocionante por supuesto

00:07:52

yo he venía de los ojos de papá yo veía también por los ojos de papá. Entonces estoy sustituyendo

00:07:59

a mamá en la relación de pareja, quiere decir que mamá no estaba presente, si mamá estaba presente,

00:08:05

pero como era mi relación con mamá conflictiva, que sucede que cubando una hija y un padre

00:08:11

tiene una relación tan estrecha la mamá es la tercera en discordia, entonces la mamá

00:08:17

está molesta y adivinen con quien paga la molestia no con papá sino con la idea.

00:08:22

Entonces, que sucede tengo una madre bastante agresiva, que me critica, que se ha juicio

00:08:28

de mí, que me maltrata y entonces eso, este crea un tipo de relación con papá cercano

00:08:36

y como mamá conflictiva. Entonces, esta cercanía con papá me puede producir en el inceso

00:08:46

emocional, se puede producir problemas de la ansiedad y de falta autoestima, porque el

00:08:53

niño empieza, tiene que madurar más rápido de lo que debe y empieza a sumir un papel que

00:08:58

no le corresponde. No se pieza al desorden. Luego, como mamá se establece una relación de

00:09:03

rivalidad competimos por papá. Puede existir también una relación alejada o inexistente.

00:09:11

Por ejemplo, cuando un padre ha estado ausente o cuando no tengo conexión con mamá, entonces hay una

00:09:18

relación donde no hay conexión, no hay una vinculación o me he educado con mis abuelos o no

00:09:24

conozco a mi papá o a mi mamá. Entonces hay una sensación de soledad y divisiva a lo largo de

00:09:30

mi vida que traspolo a las relaciones.

00:09:34

Ojo, si yo establejo, tengo una relación cercana muy muy cercana con uno de mis padres,

00:09:39

es probable que yo tenga a ese padre idealizado.

00:09:42

Y yo busque en una relación de pareja a ese padre o a esa madre.

00:09:46

Si mi relación es conflictiva con papá o con mamá que va a pasar, yo voy a buscar a una persona

00:09:54

quiero o tengo las expectativas de buscar una persona que me sostenga, que me cuide como

00:09:59

no lo hizo ese padre o esa madre y que resuelta a cober recibir la misma

00:10:03

en lugar de que me cuide y de que me se amorosó conmigo voy a voy a recibir la misma caña que

00:10:09

recibí con ese projénitor, hacer el mismo maltrato, la misma crítica, vale? Entonces hay que tener

00:10:14

cuidado. Si yo por el contrario, tengo una relación alejada o inexistente con mi padre o no lo

00:10:20

no osco o no conozco mi madre que va a pasar en mi relación de pareja. Yo voy a

00:10:27

a querer tener una relación de pareja, pero voy a tener la sensación de que no

00:10:33

le interesa a esa persona, de que para esta persona no soy importante, es decir que

00:10:38

yo me interesa que yo quiero esa persona, pero esa persona no está para mí,

00:10:42

esa persona no me corresponde en el amor. Entonces no es ideal para mí entonces porque

00:10:47

que he tenido es la relación, esos modelos que yo he tenido es lo que yo voy a traspolar

00:10:53

a esta relación de pareja.

00:10:55

Mucha vez que cuando yo tenía una relación alejada con uno de mis padres me pregunto que

00:10:59

he hecho yo más que fue lo que hice mal para que este padre o esta madre me rechazar.

00:11:04

Y en todo, eso mismo me pregunto mi relación de pareja que es lo que hago mal, que el otro

00:11:09

nunca se hace a que fecha.

00:11:11

Entonces, esto me lleva a tener relaciones del tipo, quiero complacerte y ocultar mis necesidades,

00:11:19

entra una relación competitiva, entra una relación de niño o de adulto que yo soy el que llevo el control

00:11:25

y digo que es lo que hay que hacer.

00:11:28

Entonces, a partir de este tipo de relación que he tenido con mis padres, entonces, más adelante,

00:11:36

me voy a vincular en las relaciones de pareja. Voy a procurar no hablar mucho. Por cierto,

00:11:46

una de las cosas, ¿qué significa esto aquí pequeñito? ¿Qué significa para ti estar en pareja?

00:11:58

Y muy pocas veces no planteamos eso, ¿qué significa para ti estar en pareja? Me gustaría que me

00:12:07

no nos escribieran en esa. ¿Qué significa para ti estar en pareja?

00:12:12

Escriban no esas. ¿Qué significa para ti estar en pareja?

00:12:16

Me reto yo estoy hablando.

00:12:18

El tipo de relación que han tenido tus padres en trece.

00:12:21

Yo puedo tener mis padres quizás, tuvieron una relación donde estaba un solo,

00:12:26

una familia monoparental, donde estaba uno solo presente y el otro estaba

00:12:30

ocente. Entonces, ¿qué entiendo? Yo entiendo una relación de

00:12:34

pareja que no hay nadie para mí. O puedo estar en una relación que si hay una pareja,

00:12:40

pero uno es sacrificada. Y entonces yo puedo tener la necesidad de querer ayudar y salvar

00:12:46

a ese que sea sacrificado. Entonces yo tengo la necesidad de salvar a mamá, porque mamá

00:12:52

pobrecita ha sido la víctima de papá y ha sido sacrificada. Entonces, yo quiero salvar a mamá.

00:12:58

¿Qué sucede en mis relaciones de pareja? Voy a buscar una persona porque es el tipo de amor

00:13:03

porque yo entendí, voy a buscar una persona a la cual rescatar constantemente.

00:13:08

Entonces, constantemente voy a enamorarme justamente de esas personas que quiero rescatar,

00:13:16

de esas personas, porque yo me sacrifico por ellos.

00:13:19

Entonces, yo le digo, mamá, mamá, yo amorosamente lo hago por amor a ti.

00:13:24

Puedo vivir también una relación, he visto una relación de padres donde cada uno anda por

00:13:29

su lado, una relación indiferencia, una relación donde están juntos,

00:13:32

pero cada uno hace su vida para valer en si el mamá, mamá, está pendiente de nosotros y una

00:13:37

relación totalmente diferente. Que suceden en esa relación indiferente que los hijos se

00:13:42

empiezan a ocupar en lugar de las parejas y entonces aquí yo constantemente estoy comprometido

00:13:48

emocionalmente con uno de mis padres o con mis hermanos porque es una familia totalmente

00:13:54

difuncional y entonces no tengo un concepto claro, hay como una bruma alrededor de lo que son las

00:14:00

relaciones de pareja no lo tengo claro. También puede ser que dentro de la

00:14:07

dentro de relaciones de pareja un padre muere una madre muere, yo se

00:14:11

se vive la relación de pareja en su soledad o a veces podemos estar juntos y

00:14:15

hay una profunda soledad, un profundo vacío quizás por implicación de algo más

00:14:20

quizás a veces puede haber una ex novia, al língua fue importante y que siempre

00:14:24

señora a esta relación y por su la relación no termina de confluir. Una de las

00:14:29

las cosas para que una relación de pareja funcione correctamente es que ambos estén presentes,

00:14:38

pero no crean esto, ni nunca lo que son terapeutas, ni nunca crean.

00:14:45

A un cliente que viene dice, yo estoy presente, pero mi pareja no está presente.

00:14:51

No, no, no.

00:14:54

Si uno no está presente en la relación de pareja, él otro tampoco.

00:14:58

¿Crean no o no?

00:15:01

Cuando los dos están presentes en la relación de pareja, están presentes.

00:15:07

No es que uno está y el otro no.

00:15:12

Ascensiones de vacío en una relación de pareja tienen que ver con el individuo

00:15:17

como tal y toda la historia que trae, no con la pareja como tal.

00:15:26

Y ni las costumbres, ¿no?

00:15:28

Que esa habitual en la familia, el maltrato, la bebida, el trabajo y exceso,

00:15:36

la infidelidad es el engaño que es habitual. Eso es lo que yo de alguna manera,

00:15:50

o rechazo o acepto ciegamente en mi vida. Si rechazo ojo, puede derivarse en una falta de querer

00:15:59

comprometerse, no consigo lo que quiero. Es que no me enamoro de nadie, es que claro lo otro

00:16:07

me quiero porque yo no lo quiero, no estoy dispuesto a comprometerme. ¿Por qué?

00:16:13

¿Raysazo? Esto que he visto durante mucho tiempo.

00:16:17

Vale, he respondido de la pregunta de ¿Qué significa para mí estar en pareja?

00:16:24

A ver, voy a ver, le de la ley, ¿sabes? ¿Qué significa para mí estar en pareja?

00:16:30

Voy a leerlos por aquí.

00:16:35

porque aquí voy a admitir algunas cosas. Puede ser un complemento a lo que me falta,

00:16:44

vacío. No sé si eso es para ti, lo que significa para ti estar en pareja, un complemento.

00:16:52

Fijense una cosa, yo uso estos aretes de complemento. Esto es en ello lo uso de complemento.

00:17:01

Y cuando voy a la calle y me he visto, me llevó mi marido de complemento también.

00:17:12

Luz me voy a explicar.

00:17:14

No, no, no, no, no, no, no, no, no, no se fala.

00:17:16

Yo no estoy aquí haciendo juicio.

00:17:18

Simplemente eso es para reflexionar.

00:17:19

¿Vale?

00:17:21

Este, es muy habitual que a nosotros nos digan, sí, la pareja es el complemento perfecto.

00:17:29

Saben esa cosa de media naranja y de simplemente encajamos más triembra y toda esta historia

00:17:37

en el complemento.

00:17:41

Pero una relación me pareja es más que eso, más que un complemento, porque un complemento

00:17:47

como le estoy diciendo puede ser el bolso que yo salvo, me pongo, los areltas que salven

00:17:52

me pongo y eso no puede ser mi pareja.

00:17:56

No es algo que me falta, no puede ser algo que me falta, porque entonces yo estoy intentando

00:18:06

inconscientemente robar al otro, porque es algo que me falta, entonces claro si es algo

00:18:13

que me falta, algo que yo no tengo, entonces que pasa ahí, se cree una relación de dependencia,

00:18:19

de dónde viene ese concepto, esto viene de una, todos los seres humanos, todos los seres vivos

00:18:28

en general, pero los seres humanos en particular establecen por

00:18:33

integridad, por supervivencia, apego.

00:18:35

Entonces, ¿qué sucede?

00:18:36

Que cuando yo digo, esto es un complemento,

00:18:38

es algo que me falta.

00:18:39

Aquí hay un problema, un cierto trastorno en el apego.

00:18:45

Hay apego seguro, pego inseguro, busque en mi vida en YouTube,

00:18:48

que para allí lo explico bien, lo que están en formación conmigo,

00:18:50

saben que lo tengo en las formaciones también, los tipos de apego.

00:18:54

Entonces, los tipos de apego, porque seguramente tengo un problema

00:18:56

en manapero, a pego con uno de los padres, a pego inseguro, a pego inseguro, a pego

00:19:05

desordenado y entonces me va a hacer que yo me relaciones de una manera. Entonces, cuando

00:19:10

yo me pego inseguro, yo busco constantemente ese complemento allá fuera para llenar ese vacío

00:19:15

que no tengo, que tengo en particular, ¿vale? Entonces voy y quiero robar a la pareja.

00:19:21

Tenemos no pareja con quien compartir, quienes somos en nuestra vida, caminar juntos en la vida

00:19:25

Vale, pues sí, es interesante este concepto.

00:19:29

El problema en este concepto de las relaciones de pareja o lo que significa para ti,

00:19:33

una relación de pareja, puede haber aquí un efecto pin malión, un efecto pin malión

00:19:42

que significa como es una persona con quien compartir, quienes somos y caminar juntos en

00:19:48

la vida.

00:19:48

Entonces quiere decir que caminar juntos en la vida quiere decir que vamos los dos.

00:19:53

entonces el aspecto pimalio no, vamos a los dos con la misma dirección y no.

00:19:58

Mi marido de repente se quiere ir para Asia y yo de repente me quiero ir para Francia.

00:20:03

Y esto quiere decir que no estamos juntos por la vida.

00:20:07

Podemos llegar a acuerdo para que se pueda ir para Asia y para que yo pueda ir para Francia.

00:20:13

Pero entonces si tenemos que andar junto por la vida, puede pasar esto.

00:20:16

Yo me tengo que ir a Asia con él y caminar con Asia todo el tiempo,

00:20:20

porque mi sueño y mi corazón están Francia.

00:20:23

Entonces, pero claro, como yo tenemos que compartir juntos

00:20:26

por la vida, entonces yo tengo que ir a Asia con él.

00:20:29

O pues la revés, como es claro,

00:20:32

y tenemos que compartir juntos y andar por la vida,

00:20:34

entonces que pasa el se puede ir a Francia.

00:20:38

Y entonces, tengo un problema.

00:20:43

Implica realmente compartir y caminar juntos.

00:20:48

Y que pasa cuando uno se quiere sentar y decir,

00:20:50

y mira yo no quiero caminar hoy, no me da la gana ni esta semana ni este mes, pero claro,

00:20:57

como tenemos que compartir mi ideal de pareja que tenemos que compartir junto, vamos,

00:21:01

muévete, vente, mueve camina, y entonces fue vemos donde se originan los conflictos, no?

00:21:09

Quiero, yo tengo ese concepto de ese compartir junto, eso y eso por eso lo digo, vamos a explotar

00:21:15

los bits, de mitos en las relaciones de pareja, porque pienso como nos hablamos y no somos consciente,

00:21:21

Entonces yo constantemente tengo que es que tenemos que compartir, pero a ver, yo no quiero compartir.

00:21:31

Yo por ejemplo, yo soy fanática de a mí me encanta el deporte porque a mí me encanta el deporte.

00:21:36

Quiere decir que a mi marido no tiene que usar el deporte, no, de hecho no le gusta, me encanta ser pesa y de esa cosa.

00:21:51

es guapinpo con el óculos, ese es su ejercicio y ese es a mí me encanta ser pesas y irme a la

00:21:58

caminador y correr en la caminadora, no, pero no, entonces como claro tenemos que caminar juntos,

00:22:04

entonces tenemos que hacer ejercicio, hace poco a lo de como una chica, la cica decía es que yo quiero

00:22:10

una pareja que realmente le gusta, yo no admito una pareja que no le gusta ser de porte, yo,

00:22:14

¿Vale? Porque ya te pego gusto porque tienes que obligar al otro que lo haga. Entonces,

00:22:20

ese está el concepto de compartir junto. Pirmel, yo no tiene que ser es ideal y tiene que hacer lo

00:22:26

que yo quiera. Y aquí hay una historia de puede haber, hay que preguntarse, ese padre es

00:22:32

narcisista que yo también puedo tener que tener ese narcisista a querer que este otro haga lo

00:22:37

mismo que yo. Y esto no es para que me digan, no, pero es que no es eso lo que quise decir, no,

00:22:43

solamente reflexión en ingleso, no, no, yo no tengo verdad de absoluta, reflexiones simplemente,

00:22:50

si puede ser así. Vamos a ver, sigo, tener una persona complemento a lo que te falta,

00:22:56

la manera de ley, puede ser un complemento a lo que te falta, tener una persona que me va a

00:22:59

partir, compartir, compartir, compartir qué, cuando, cómo y dónde, ¿eh? ¿Qué es lo que quiero

00:23:09

compartir con el otro que va a preguntar. A veces, miren, yo tengo esto para compartir,

00:23:19

tengo esto, esto para compartir, pienso de yo con la libreta, no? Tengo esto, otro

00:23:24

para compartir y tengo todo esto para compartir y tengo todo esto, y bueno, tengo más y

00:23:33

más y más si quiero compartir, pero hay una vez nos preguntamos, el otro, quiere todo esto.

00:23:43

Claro, pero yo lo sigo no todo esto y al final, claro, quien quiere compartir también quiere

00:23:48

recibir, ¿no? Y si lo que no quiere, ni siquiera quiere todo esto y tampoco puede dar todo eso,

00:23:56

lo otro lo mejor además puede darme esto. Y entonces acaba de preguntarse, que quiero compartir,

00:24:05

¿Qué quiere recibir el otro? A ver si quiero compartir, compartir yo, que solo va a

00:24:10

lo ser muy excesiva. El otro quiere compartir pero realmente, ¿qué quiero compartir?

00:24:16

Los diálogos en pareja. Converso eso en pareja de qué queremos compartir. Porque de repente

00:24:22

lo que quiere compartir el otro no, no quiere compartir el otro. Y yo, por tásito, que eso

00:24:28

es compartir claro, yo tengo mi idea aquí de qué es lo que yo quiero compartir en la

00:24:33

relación de pareja y el otro no quiere eso y tengo que respetar y hacer eso. Teniendo

00:24:40

un compañero de vida que me acepta como soy y yo a él, esto son muy bonito, muy bonito,

00:24:47

eso me gusta, pero que sucede cuando el otro deja y orina fuera de la poseta, es

00:24:55

es el típico cosa que la mujer es no facil.

00:24:59

Yo no tengo ese problema, bueno, no tiene un baño y más de un supleno, así simple.

00:25:05

Este yo, un guap por los años, entonces, pero es el tipo de cosas que pasa cuando

00:25:09

el orina fuera de la poseta.

00:25:11

¿Qué pasa, cumando de abajo del bata, de fuera del bata?

00:25:15

¿Qué pasa, cumando este, no sé, entra por el sal a este con todos los zapatos

00:25:23

y en no se barra?

00:25:29

La mayoría de las veces, o cuando está todo el rato,

00:25:32

ah, otra cosa, no, porque se no, pero yo lo acepto,

00:25:34

pero cuando se acuaba el móvil, chateando,

00:25:36

y jaja, jaja, y cuando yo más cerco, ¿qué pasa con eso?

00:25:41

¿Lo estoy aceptando tal y cual como es?

00:25:45

A veces aceptamos algunas cosas o queremos que el otro

00:25:50

no acepte y nosotros no aceptamos esas pequeñas cosas del otro.

00:25:55

Entonces, que es importante en esta aceptación del otro,

00:26:00

es amar al otro, enfocarse. Yo tengo un montón de cosas que puede ser que no

00:26:07

accede en mi pareja, un montón en el Instagram, de seguro que él tiene. Si yo tengo una lista,

00:26:13

si de diez cosas, tendrá una lista de mis 100 cosas, pues, miren que yo soy insoportada.

00:26:19

Entonces, fíjense a esto. ¿Qué es sucede? Que si... Yo tengo que saber qué cosas para mí

00:26:26

que son importantes en la relación de pareja.

00:26:28

¿Qué cosas puedo aceptar y qué cosas?

00:26:30

No, entonces, y eso hay que conversar.

00:26:32

Mira, esto no lo puedo aceptar, yo.

00:26:35

Y cosa, punto 1, punto 2, 3 cositas que yo no acepto por nada

00:26:39

del mundo.

00:26:40

Que de repente puedan pasar y ocurra muy bueno.

00:26:44

No sé si en ese entonces, habría cambiado de opinión,

00:26:46

pero por lo menos aquí ahora son 3 cosas que no acepto.

00:26:50

Y las demás cosas, pues sí, son para mí ni mis hay otras.

00:26:54

una vez que son como tengo como evaluadas, no? Yo estaba le disfunto, estaba le cien,

00:26:58

esto no va. Entonces, ¿qué cosas tiene que dialogarse? ¿No? ¿Qué cosas? ¿Qué cosas?

00:27:04

¿Qué cosas? No sé que no es la relación. ¿Por qué lo que aceptamos al principio,

00:27:07

más adelante no queremos aceptar y queremos cambiar esas cosas? Y la mayoría de las

00:27:12

personas nos quedamos en imidades. De repente, me molesta esto supuestamente, pero yo reclamo

00:27:19

por eso hago un escándalo, pero realmente lo que me... porque no quiero que sepa que realmente lo que me molesta es esto.

00:27:27

Entonces, ¿qué cosas has sector y qué cosas no? Mi una de las clavas para la aceptación de la relación de pareja.

00:27:34

Tienes que ver con aceptarnos a nosotros mismos. Mi pregunta para ti. No quiero que me la responde, simplemente para ti.

00:27:41

de aceptas tú tal cual eres, te puedo garantizar que si tú te aceptas tal

00:27:47

cual eres, toda pareja te va a aceptar tal y cual tú eres. Si no lo haces,

00:27:55

ninguna pareja te va a aceptar. Para mí es en la clave. Aceptate tú misma como tú

00:28:04

eres. Mire, yo como les comenté, los que estuvieron

00:28:08

la semana pasada, yo tuvo un problema de sobrepeso durante cierto tiempo, no? De mi vida.

00:28:15

Y mi marido es de las que les gustan deladisísimas, deladisísimas, deladisísimas, y fíjense

00:28:24

eso de esto, de lo que es aceptar, aunque yo tenía, tuve en un momento determinado sobrepeso,

00:28:34

afortunadamente tengo buenas formas y soy alta, pero bueno, tu es sobrepeso. Y entonces

00:28:39

que pasa que aunque tenía sobrepeso, pues bueno, hacía un trabajo constante en mí por un

00:28:45

problema hormonal que tuve, este hacía un trabajo constante en mí para aceptarme, aceptarme

00:28:52

constantemente y mi marido que le gustan todas así tipo Olivia, la hidratita de popelle, pues

00:28:58

simplemente aún así me ha aceptado. Entonces es como te digo, cuando tú te

00:29:02

empiezas a aceptar, él otro también te acepta. Entonces cuida delito con eso.

00:29:08

Es una clave para la aceptación en la relación de pareja. Caminar juntos

00:29:13

hace un proyecto en común, un, un, un, un, un, un, aquí me han dado la tecla, caminar juntos,

00:29:19

ya hablé lo que es caminar juntos, pero un proyecto en común, que es un proyecto en común.

00:29:25

esto es utópico, utópico, un proyecto en común puede ser cada día que crecer como persona,

00:29:34

también por eso soy genial como un proyecto en común cada día desarrollarte más internamente,

00:29:41

me parece un proyecto común, pero un proyecto común de establecer un negocio, a veces son

00:29:47

mucho estar apretado. Bueno, migra sueños que mi pareja me apoyen mi proyecto y que junto con

00:29:54

su villanos, este es una cabaña y hagamos retiros espirituales, resulta que mi marido ingeniero.

00:30:04

Entonces, donde está el proyecto en común? El proyecto en común puede ser la relación, mira,

00:30:08

un proyecto en común, nuestra relación. Eso es suficiente, vale como un proyecto como no,

00:30:14

tiene que ser un proyecto de trabajo, un proyecto no necesariamente.

00:30:19

Entonces, este proyecto como un también, muchas veces, es una autopía.

00:30:22

El único proyecto como un que pueden tener es bueno, vamos a ser nuestro mejor empeño,

00:30:28

vamos a poner un rey en el peño, que la relación funcione, ese puede ser un proyecto como un

00:30:32

pero no necesariamente tu pareja, tiene que apoyar tus proyectos profesionales, no tiene que

00:30:37

trabajar contigo, no tiene que estar contigo, no tiene... puede decir, bueno, pues sí, yo te

00:30:43

por yo, genial. Pues si tú quieres, pues bueno, lanzarte, pero nos tiene que ir caminando

00:30:49

conmigo porque es una tapia. Muchas veces, como he dicho, no, nuestra madre nos da

00:30:55

nuestra primera alimentación. Y nuestro, con nuestro padre entramos a explorar mundo.

00:31:00

Entonces, cuando yo quiero caminar con nuestro padre, supuestamente venimos a aprender a caminar,

00:31:08

no siempre se hizo así, porque padre está ocente, padre no estuvo, padre estaba trabajando,

00:31:15

en el que se puede hacer.

00:31:15

Y yo ocurre en lo que se buscamos una pareja para empezar a caminar y claro decimos que no caminamos porque es que no tengo pareja.

00:31:24

Voy a dar esto con eso, ¿vale?

00:31:26

Compartir es espacio, tiempo y espacio para ayudarnos a lograr proyectos personales.

00:31:35

Vale, me parece genial que se puedan apoyar, que se puedan hacer,

00:31:42

pero ojo, tu pareja no es el responsable de estos proyectos personales, ya sé que no han dicho eso,

00:31:49

pero cuida dito con eso, compartir tiempo está bien espacio y ayudarnos, ayudarnos es de que lugar,

00:31:56

ayudarnos de que yo tengo herramientas y te ayuda a ti, o de que tú tienes y me ayuda a mí,

00:32:02

entonces a veces ayudaron yo soy de la peuta y me busco alguien que tenga dinero, entonces claro yo creo

00:32:08

que lo va a ayudar a él, haciendo la terapia y creo que me va a ayudar con su dinero, cuida

00:32:12

y todo, porque he visto mucho caso así. Entonces, en qué ayudarnos, yo creo que, en mi

00:32:18

vida, yo la verdad de verdad aquí de corazón, aquí entre nosotros, yo no creo que me parejaste

00:32:26

para ayudarme, ni creo que yo estoy para ayudarla a él, para que yo creo que estoy con mi

00:32:31

pareja para amarle cada día más un poco más y bueno y con suerte ojalá que él también me

00:32:40

hame ahí nada más yo no sé ni para ayudarlo él ni para que él me ayude a mí estoy para amarlo cada

00:32:48

día un poquito más solamente eso saben por qué porque eso no falla pero cuando yo quiero digo que

00:32:56

le puedo ayudar puedo fracasar y si quiero que le me ayude también le puedo fracasar ayudándome

00:33:01

Entonces no voy a lo seguro, que es lo seguro que lo puedan

00:33:04

dar un poquito más cada día porque eso depende de mí.

00:33:08

Entonces como depende de mí, pues eso se me encarga.

00:33:12

Y ayudarnos, me suena a otra cosa. Voy a ir a ello con eso.

00:33:16

Verme mi misma disfrutar de una relación de lo mejor que puedo con el

00:33:19

gría y libertad y compartir.

00:33:31

Me imagino un espejo ahora delante de mí y en mi pareja me veo mi misma.

00:33:41

Cuando me veo a mi misma quiere decir que estoy proyectando

00:33:43

muchas cosas en mi pareja. Entonces, mi reflexión es que es mío que estoy proyectando sobre mi

00:33:51

pareja. Eso sería interesante de observar con yo digo que lo que yo quiero en mi pareja verme

00:33:57

mi misma. Quizás, en fin, son las cosas. Yo mi pareja, enriquezco y no nos parecemos mucho,

00:34:06

no, tengo que hacerlo en esta no nos parecemos y casi nada. Verme mi mi mi, me lo quiero en mi

00:34:12

relación de pareja. Lo que si me gustaría, mi pareja es ver y descubrir mi capacidad de amar en el

00:34:22

otro. Es descubrir todos los días, cómo pueda amar esto, cómo pueda amar aquello, cómo

00:34:27

pueda amarlo otro de la otra persona. Pero verme a mí misma no se falta porque constantemente me estoy

00:34:32

trabajando mi mismo y no necesito necesariamente de la pareja para eso. Porque cuando yo quiero verme a

00:34:38

más estoy proyectando lo que yo soy en el otro y no quiero eso.

00:34:44

El otro me va quizás y seguramente quizás fue lo que hiciste a decir,

00:34:49

el otro va a proyectar su herida, pero llega un momento de que tiene estado

00:34:53

tiempo con el otro y que ha sanado tantas cosas que no te tiene que proyectar tu

00:34:57

herida, simplemente tienen que proyectar tu capacidad de amar.

00:35:01

Ahora me gustó mucho escribir y me gusta escribir y leer a autores en

00:35:13

diferentes para inspirarme y ahora leí algo muy bonito acerca del amor del

00:35:21

Maitri, que son las cuatro, cuatro incómenes surables de la amor, le invito a que lo

00:35:27

lean que es bien interesante, no? Cerca del amor y lo que transforma el amor y lo que implica el

00:35:33

amor. Tiene que ver mucho con la capacidad de escuchar al otro y de comprender al otro y que

00:35:41

muy pocas veces hacemos. Bueno, voy a seguir leyendo, no escucho, ale, no escucha, yo te invito

00:35:47

sostenéridos y ser sostenidos. Bueno, vaya, vaya aquí, gilo, el 360 encagrafa la cabeza, tipo

00:35:56

o subsistar, sostener y ser sostenido,

00:36:03

asumo que vamos dos invalidos a la relación,

00:36:08

o asumo que vamos dos niños a la relación.

00:36:13

Yo no estoy ni para sostener,

00:36:16

yo quiero sostener quizás, quizás,

00:36:19

bueno, ya no creo que, a mí dano creo que puedan,

00:36:22

pero bueno, puedo sostener a un bebito,

00:36:27

puedo sostener quizás, quizás, a un proyecto,

00:36:31

pero sostener a mi pareja no creo que pueda, en la vida creo que pueda.

00:36:38

Voy a apoyar lo un momento determinado, X, X, puntuales ni quiero que tampoco me sostenga a mí.

00:36:47

Entonces, aquí tener cuidado realmente si no estoy buscando una pareja a alguien que haga esto con

00:36:56

y que yo también hacer algo como yo. Entonces hay que ver mi instinto paterno como esa.

00:37:02

Cuidado, ¿cómo eso? Para reflexionar esa ni pareja para mí significa compartir un ámbito grande

00:37:09

importante de mi vida como otra persona con la que desarrolla proyectos en común y de vez en cuando

00:37:14

compartimos también sexo, como otra persona con la que desarrolla proyectos en común,

00:37:22

¿vale? Cuidado, ¿cómo? Ya hablé de los proyectos en común, no necesariamente tiene que ser proyectos

00:37:27

como a veces ponemos muchas expectativas en eso, me parece bien que pongas la parte de

00:37:32

compartimos también el sexo, me parece genial porque muchas veces se deja eso por fuera.

00:37:37

Un complemento para mí es alguien que necesito presentarme completo, vale, sí, lo entendí.

00:37:43

Ser dos adultos caminando juntos y compartiendo, danos el uno al otro.

00:37:53

Rando se que pueden darse golpes, pueden darse maltratos, pueden darse y se mantienen juntos.

00:38:03

Una relación se puede mantener juntos en un negativo y en un positivo.

00:38:08

Ser dos adultos caminando juntos. Me parece genial, pero resulta que estoy diciendo que

00:38:15

no necesariamente tienen que caminar juntos porque a veces uno está pa'chón y dice me

00:38:20

que he sentado y otro dice que quiero correr y eso quiere decir que no son pareja, no,

00:38:26

si son pareja pero están en diferentes momentos cada uno y por eso es diferente en

00:38:31

momento quiere decir que no se van a querer y que no van a caer, no, cada uno es su proceso,

00:38:38

yo por ejemplo, más género, yo todo el día ando escuchando música de ojo, eso les digo

00:38:44

para mucho lo que están enterape que es que mi pareja ya no encaja conmigo, yo por ejemplo,

00:38:48

yo puedo estar todo el día escuchando música, me gusta mucho música así espiritual, no sé qué,

00:38:55

y toda esta cosa, y cuando va a hacer el sí, eso música cañera, pero resulta que mi pareja

00:39:00

puede estar escuchando todo el día auriculares rock pesado, entonces eso quiere decir que no

00:39:06

compartí, y ojo porque sucede mucho, esas nimidades, pero es que yo quiero que compara también

00:39:15

y mundo espiritual. Tú se espiritual, tú, tú parejas no tienen porque serlo. A veces

00:39:21

tu pareja y cuidadito con esto. A veces una persona es más espiritual, aunque escucha

00:39:30

roca todo el día y aunque se vista de metaleero y de rojero, a una que esté todo el día o

00:39:35

una manchibaya y escucha por indincidencias y todo lo demás. Porque sus acciones lo llevan

00:39:42

a eso si nos más servicio, al más generoso y el otro, crea que ella está ascendido y está

00:39:46

criticando todo rato al roquero, entonces adivinen quién es más espiritual. Entonces, cuidado

00:39:53

con esos conceptos, ¿qué estoy yo? ¿qué es ese proceso de caminar, entender y vivir juntos

00:40:02

en las parejas respetarnos? Vivir familia y tener hijos, ya es un proyecto como un salida del

00:40:07

adelante día a día y es un proyecto como que ser juntos. Por supuesto, claro, pero

00:40:12

veces uno quiere crecer y el otro no y que vas a hacer con eso. Quiere decir que

00:40:16

van a dejar de ser pareja no necesariamente. A veces nos tratamos y tratamos de nuestra

00:40:22

pareja como si fuera una plantita y ya sé que este concepto de que la mori que

00:40:26

voy a dar el amor, pero no es nuestra pareja, no? El amor y que cuidar los todos los días y que

00:40:30

regalos si me parece muy bien esa alegoría, pero no es nuestra pareja, no es una planta

00:40:35

que tenga que ser. Si hay alguien que tiene que crecer soy yo. Si yo considero que soy una planta,

00:40:42

ojo, que te ha que crecer y crecer y crecer, vale, pues crece tú, pero no obligas a tu pareja que

00:40:48

crezca, porque él tiene su tiempo y su espacio. Es difícil entender lo que ese concepto de amor,

00:40:57

de amor, sin expectativas de nada. Yo no tengo expectativas de que tú, bueno, tratarme bien, quien se

00:41:05

tiene que tratar bien. Entonces voy a saber con quién me tengo que relacionar para tratarme bien.

00:41:09

Voy a saber con quién está y con quién no está para tratarme bien.

00:41:15

Cera amorosa conmigo mismo. Obviamente voy a saber si yo soy amorosa conmigo mismo,

00:41:19

no me estoy criticándose, estoy nutriéndome constantemente. Entonces que el sucede que voy a saber con quién

00:41:26

relacionar, me voy a saber con quién estar en una relación de pareja. Pero no voy a pretender que

00:41:32

sea el otro el que lo haga conmigo, no sea el otro el que comparta mi propia visión de vida,

00:41:38

porque ojo a veces hemos tenido padres narcisistas y hijo de padres narcisistas también en

00:41:45

narcisistas y eso no se nos puede olvidar, que hay como una moda, como cuando había la moda de

00:41:51

Consalomo, se haya la moda de los deacente, entonces había todo el mundo era deacente, no,

00:41:57

no, no es en tanta ponernos de tiqueta y entonces también con la moda de este lo padrán

00:42:03

el cisterta entonces ahora resulta que todos los padres son el cisterta, no? Mi

00:42:07

paz es el cisterta y por eso que yo sufrió tanto si ya perfecto, pero te recuerdo que

00:42:12

tú también eres el cisterta porque si eres si o un padre no necesita obviamente que tú

00:42:16

también no eres. Entonces, cuando el padre no es el cisterta no puede hacer nada pero si

00:42:21

puedes hacer contigo y ese es el trabajo. Respirando profundamente centrando

00:42:26

no nos aquí y ahora hay una frase que me gusta mucho, que dice el egoísmo no consiste en vivir

00:42:33

como nos parece, sino exigir que los demás vivan como nos parece en nosotros. Lo puedes vivir

00:42:46

como te dé la gana, pero no puedes querer que tu pareja viva como tú quieres. Y allí la punta

00:43:00

de la esforza de los problemas de pareja.

00:43:04

Respiramos un profundo, nos centramos aquí y ahora.

00:43:12

Aquí, en este momento, aquí y ahora,

00:43:18

el inexistente, como nos sentimos,

00:43:36

estiramos profundamente.

00:43:41

Nos centramos en el aquí y ahora,

00:43:43

en el inexistente, en mis sensaciones corporales.

00:43:47

¿Cómo sientes?

00:43:48

¿Y en una frase eso que dijo luz?

00:43:52

Ya pueden ir entrando en una plataforma, por cierto.

00:43:54

de volvo colocar en el enlace. ¿Cómo siento eso que dijo el duro? Es que divan, no se quieren.

00:44:07

Me desagrada, mi incomoda. ¿Cómo no siento? Atenéramos.

00:44:12

Es decir, mi incomoda, me desagrada, me revuelve.

00:44:23

Voy a ir a entrar a una plataforma de cosas lasciones.

00:44:39

Ahí está la plataforma de cosas lasciones, voy a ir a entrar. Recuerden que les va a pedir

00:44:43

para que seleccionamos una figurita,

00:44:47

la fredección en la...

00:44:54

les voy a quitar de aquí mientras para que vayas a entrar, ¿vale?

00:44:59

Y escriban, ¿cómo siento eso que ha dicho el duro?

00:45:02

Me desagrada, me incomoda, me molesta, ¿vale?

00:45:08

Pueden comentar, ¿vale?

00:45:15

No tengo a la vez, me han teledado el corazón, desfierta.

00:45:28

Solo siento el estómago revueta,

00:45:30

mucho pares, reflexionar, no mucho pares, reflexionar, ¿vale?

00:45:34

en sulear el corazón me he hecho tomar conciencia, se me aprieta el pecho, todo lo que te mueve

00:45:44

es vida, así que está genial bienvenido, me incomodó, me doy cuenta de que lo he hecho

00:45:55

muchas veces, vale, en realidad, para eso estamos aquí, vale, vayan entrando una plataforma,

00:46:06

recuerden que este en el acelera plataforma, vayan entrando, le va a pedir que seleccionemos

00:46:12

una figurita, los que tengan mala conexión quiten su cámara, a menos que sean los que van a

00:46:18

cocelar y entonces en algún momento le puedo decir por favor con tu cámara, o alo, vale, quizás no se

00:46:26

lo pida pero por si acaso, quiten su cámara si tienen mala conexión, man es, y vamos a empezar,

00:46:41

yo voy a pedirle primero que nada a las personas que van a cocelar,

00:46:48

tengo por aquí apuntado por cierto, vale, voy a irle pidiendo las personas que van, no

00:46:57

quiere decir que en esta primera ronda van a docelar solamente quiero escribir el tema

00:47:06

para cocelar, entonces simplemente que me van a decir en una frase corta, estas personas,

00:47:15

las personas son Mariela, me llamó la atención todos los

00:47:19

nombres, Mariela, Maricel, Alejandra, Mariza y David.

00:47:31

Vale. Quiero que cada uno de ustedes, vamos a empezar,

00:47:39

Mariela, Maricel, Alejandra, Mariza o David.

00:47:43

¿Cuálquiera de ustedes? ¿Qué es lo que quisiera?

00:47:46

Trabajar. No quiero decir que lo vamos a trabajar ahora,

00:47:51

simplemente para ir bien.

00:47:55

Luz, Marice, la aquí.

00:47:57

Marice, dime.

00:47:59

Yo hice... utilicé el video que tú nos enviaste.

00:48:04

Y fue bien impresionante porque me vino una frase que me dijo mi papá hace como 20 años atrás.

00:48:16

Y eso me sorprendió entonces seguir los pasos que hiciste.

00:48:21

y la frase que me vino fue nadie me va a aguantar porque todo es trabajo y me parece

00:48:32

interesante porque una verdad es de las críticas que yo le hago a mi pareja es que todo para

00:48:40

él es trabajo. Entonces fue interesante verla, acordarme de esa frase y lo que puede

00:48:53

pero si vieron esa frase que él me dijo no venía de él, venía era transgeneracional.

00:49:04

Vale, malice.

00:49:05

Vamos aquí, esta.

00:49:07

A mí me encanta todos estos dos dudas frecuentes, me parece interesante.

00:49:11

Pero que te gustaría cocelar aquí y ahora hoy.

00:49:16

Ok.

00:49:19

Bueno, yo creo que lo más importante sería la insatisfacción que tengo.

00:49:25

en pareja. Vale, gracias. Vale, este, otra de las personas, Maricia ya está, puede ser

00:49:47

Maríaela, puede ser Alejandra o Mariza. Simplemente hay una frase, ¿no quieres? No todo lo que

00:49:54

me contaron si no la frase. Alejandra, Mariza, Maríaela, una vez cuénteme. Ya vi,

00:50:05

y vaya, vaya, vaya. ¿No están por aquí?

00:50:15

Un poco gruelo. A ver, voy a entrar a mi...

00:50:30

Vale.

00:50:35

Vale, quiero saber quién más de los que está diciendo,

00:50:39

de los que vienen a coserlar,

00:50:42

quieren que frase que quieren coserlar.

00:50:50

Bueno, luz.

00:50:53

Ah, soy Alejandra, María Alejandra.

00:50:56

Yo lo que quisiera costular es la satisfacción sensual con mi pareja que ya tiene tiempo que ya no, ya como que se perdíos entre nosotros.

00:51:20

¿Sí me escuchaste luz? Sí, perfecto.

00:51:26

Esto siempre es importante para lo que son terapéutas ya en que son godelados, siempre es importante hacer como una primera ronda de nombres, de frase.

00:51:35

para depurar el tiempo, ¿vale? Entonces, genial, gracias.

00:51:40

Este me vamos a ver.

00:51:43

María Alejandra, ya, y Marisa, o David, o Mariela, David,

00:52:07

bueno David me dijiste que no querías cosa larga, especial, ¿no?

00:52:14

Vale, pero supongamos que quisiera trabajar algo David, que sería.

00:52:33

Bueno, yo quería aprender más, ¿no?

00:52:37

que hay que dinámicas y detrás, si hay algo más además de los estallamos.

00:52:43

Vale, supongamos que este no fuera solo para aprender.

00:52:49

¿Qué quisiera trabajar en pareja?

00:52:55

Ya que como con su relación no podría ser.

00:53:08

Gracias.

00:53:11

Les pionamos profundamente.

00:53:13

Bueno, después voy a preguntar a María.

00:53:18

mariza y a mariella que no la veo por aquí, no sé si está presente, vaya, vaya, vaya,

00:53:31

y con un momento, malen, esta mariza mariella, momento.

00:54:55

Y nos damos y exhalamos y vamos a hacer un ejercicio primero que nada para iniciar el trabajo.

00:55:04

y voy a elegir una figura y luego voy a pedirle algunos que salen a representar, ¿vale?

00:55:23

Y voy a ponerse esto de su mis ejercicios en el mundo.

00:55:38

Había sal a representar.

00:55:48

No hace falta que ven a su muñequito para salir a representar, ¿vale?

00:55:54

Había sal a representar, por favor, cuando pueda.

00:56:00

Para representar solamente tiene que pulsar en el centro o donde ustedes quieren que vaya,

00:56:06

y muñequito y simplemente pulsar para que vayas.

00:56:26

A ver, saldrá a representar.

00:56:30

Es que saldrá a representar.

00:56:34

No es avanzándolos.

00:56:40

Cesar saldrá a representar, por favor.

00:57:23

Respiramos profundamente.

00:57:57

Iramos profundamente.

00:58:05

Y cada uno de ustedes quiero que busque el lugar que sienta,

00:58:14

que es el adecuado para ustedes.

00:58:19

Y entonces voy a ver aquí.

00:58:20

este está viendo al uno ¿No? ¿Cómo se siente viendo ese al uno? ¿Cómo se siente este?

00:58:30

Que ve aquí viendo esta. No le puedes decir por por vos por favor. ¿Cómo se siente cada uno? ¿Cómo se

00:58:53

siente la relación de pareja viendo el uno? Bueno no no se siente mal tampoco se siente bien.

00:59:03

me gusta tenerla a esa figura delante, no sé, que te brinda esa figura para ti.

00:59:20

Esa figura para mi representa las autoridades, evidentemente, pero que me gusta tenerla,

00:59:31

me gusta tenerla controlada, la autoridad y que sentir que no representa una amenaza para ti.

00:59:40

sentir que no represente no menos. Pero aquí no tenés controlada y lo que has

00:59:48

cascado. Bueno, recuerda esa palabra, en quiero que se me escape.

00:59:52

Vamos a ver este tres hacia donde está viendo. El tres mirase allí a ser vacío.

00:59:58

¿Qué siente al mirar a ser vacío?

01:00:02

Tengo una sensación como de abandono, de decepción, de no ser comprendido, de

01:00:11

de de artaz o ante la vida.

01:00:20

Esperamos profundamente. Este uno es la insatisfacción en la relación y ese tres son las expectativas

01:00:42

que nosotros colocamos en una relación. Ahora digamos una cosa, cuéntame relación de pareja

01:00:55

lo que estabas diciendo de la insatisfacción que querías tenerla controlada.

01:01:08

Pues sí, no sé, me quedé así cuando pusiste la etiqueta,

01:01:13

Muñe como queda así, tendré que reflexionar sobre este.

01:01:19

Bueno, esto es un ejercicio, simplemente un ejercicio para todo,

01:01:22

que mueve la energía del grupo, los ejercicios en sistema y que

01:01:26

tiene la finalidad de mostrarnos en este grupo,

01:01:30

cómo estamos con respecto a estos temas que estamos planteando,

01:01:34

a la insatisfacción y las expectativas que colocamos en la relación de pareja.

01:01:39

Fíjense la relación de pareja y esto es interesante, cómo la relación de

01:01:43

pareja estaba viendo cómo, en alguna manera, la insatisfacción le representaba ese

01:01:55

control. No es cierto cómo quería mantener ese control, la insatisfacción.

01:01:59

porque yo en una relación de pareja quiero mantener la insatisfacción o control

01:02:08

simplemente una pregunta para nosotros y las expectativas porque tenía yo con

01:02:18

más expectativas porque tengo sensación de abandono y de exacción esto es a nivel

01:02:34

grupal lo que sucede con nuestra fijense que a dos casos yo creo que lo más

01:02:39

importante es la insatisfacción que tengo y otra persona dijo la insatisfacción sexual.

01:02:52

¿Cómo mi propia insatisfacción me lleva a la razón de pareja? Me lleva a querer

01:03:00

controlar la relación de pareja. ¿Qué pasa cuando quiero controlar algo?

01:03:09

¿Qué quiero que se vayan fuera de control? ¿Qué pasa con las expectativas y la sensación de abandono?

01:03:23

¿El movimiento que quieran hacer en el ejercicio ustedes? ¿No representantes?

01:03:32

uno de nosotros le pregunta a su propiense de infacción, ¿qué es lo que quiere controlar?

01:04:13

¿Cuál es su función? Les pinamos profundamente y respondemos internamente a esto.

01:04:23

Instatificación, ¿qué es? Lo que estás logrando en mí. Nos levantamos en nuestro siento,

01:04:32

no levantamos, nos levantamos y observamos cómo nuestro cuerpo va indicándonos un movimiento.

01:04:53

Yo soy la satisfacción aquí ahora, en mi cuerpo, todos, represento la satisfacción con mi cuerpo.

01:05:02

y quiere esa satisfacción, que quiero, vale, mi movimiento, observo el movimiento, observo hacia

01:05:44

donde me dirige el movimiento, podéis ir más hacia el lado, observo la sensación completa con

01:05:50

todo mi cuerpo y respiro profundamente y dejo que sigan movimientos, si haya algo que necesito que haga,

01:06:03

observo y hago el movimiento, sigo el movimiento de mi alma, hacia donde me dije y que hay allí, hacia donde me está dirigiendo.

01:06:17

Respiro profundamente, me dejo llevar en mi cuerpo como es la insatisfacción en mi cuerpo y hacia donde me está llevando, hacia qué o hacia aquí me lleva.

01:06:34

y suelto. Espiro profundamente suelto. ¿Hacia dónde me lleva? ¿Userbo cuál es su función?

01:07:12

¿Userbo si me acerca alguien, si me acerca alguien a quien? ¿Y qué quiero decir a esa persona?

01:07:26

Si es alguien. Piro profundamente y no lo exalo. ¿Vale?

01:08:14

Es pico profundamente y observamos si quemamos ciómetros,

01:08:27

mite, culpa, miedo, ¿qué emoción es?

01:08:52

Es pico profundamente, inalo y exalo.

01:09:25

Y una vez más poco a poco luego de haber encontrado

01:09:31

de quién era esensatefacción, de quién era,

01:09:35

de qué era, que me quería decir,

01:09:38

vuelvo a ver con mi puesto, a mi lugar, dejo se papel, la agradezco y observo aquí

01:09:54

ahora, como me siento, como me siento aquí ahora, cuál era el mensaje de mis satisfacción,

01:10:08

que me quería decir y comparto, que me quería decir la insatisfacción, quien

01:10:33

quiera compartir, puede hacerlo, que me quería compartir la insatisfacción, lo que

01:10:41

no necesariamente tienen que ser todos, de qué medicüenta con la disatisfacción en mi cuerpo.

01:10:58

María Luisa, tú tienes el micrófono verde, ¿alguien Sandra Baskur? Dime.

01:11:18

Yo también me mostro a mi papá, tengo una foto a decirla en la pieza y me mostré el papá.

01:11:24

Era la satisfacción del, y el mensaje que me llegó era como camina hacia adelante y yo veía

01:11:31

como muchas veo con muchas frances de la

01:11:34

con que tengo que ir con mi objetivo.

01:11:37

Vale.

01:11:38

Y la sensación que me quedo.

01:11:39

Gracias.

01:11:40

Aquí.

01:11:52

Al inicio, giraba el círculo, me giraba la cabeza,

01:11:55

luego me fui a hacer gras y me dijo,

01:11:57

tomanme.

01:11:58

Vale.

01:11:59

Al inicio.

01:12:15

Sí, a mí, mi cuerpo me la diera hacia la derecha

01:12:20

y luego me giró una vuelta también.

01:12:24

Me giré a círculo una vuelta.

01:12:32

lograron identificar a la persona con la que estaba involucrada a la satisfacción para

01:12:43

qué hacemos esto en un taller de consideraciones para todos los que sean consideradores, para

01:12:53

todos los que se enteran preguntas, para qué hacemos esto. Porque cuando lo vamos a empezar

01:12:58

a trabajar en una consideración, la mayoría de las veces hay como mucha energía acumulada

01:13:05

sobre lo que van a considerar y necesitamos que esta atención hay como muchas expectativas de

01:13:12

los que están presentes sobre lo que van a considerar para distender esa atención escogemos a dos o

01:13:19

tres personas que vayan a considerar y observamos qué palabra se repite porque saben que no está diciendo

01:13:28

no es la palabra que se refite, es el colectivo, es el grupo, es la caja de

01:13:35

resonancia del grupo, son las expectativas que tiene el grupo y el por supuesto

01:13:41

hace la persona que va a constalar, está recogiendo eso y entonces sacamos un ejercicio

01:13:46

de esto, por eso coloque como estamos en relación de pareja, relación de pareja

01:13:50

es la insatisfacción en la relación de pareja y las expectativas que fue el

01:13:54

primer ejercicio que hicimos. Entonces, que hacemos aquí, observamos en nuestro cuerpo.

01:14:01

Y de esta manera, distendemos, distribuimos la energía en todos que estamos colocando

01:14:10

sobre los participantes, sobre los que van a constelar. Entonces, cada uno de nosotros

01:14:15

sientes en satisfacción. Y, en donde se de esta manera la recogemos y no proyectamos

01:14:22

sobre los que van a costalar. Respiramos profundo, realmente estiramos nuestro cuerpo, soltamos

01:14:33

nuestro brazo, relajamos, soltamos, golpesitos en el pecho, esto es un ejercicio simplemente

01:14:43

para talentar motores. Gracias a los representantes.

01:14:57

tiramos profundamente, nos centramos mal. Una palabra para este ejercicio, simplemente

01:15:08

tres personas, una palabra soy, vale. Alguien más, una palabra para este ejercicio,

01:15:27

dos personas más como ovedor, descubrir. Gracias.

01:15:41

respiraron profundamente.

01:15:49

La era Alejandra.

01:15:51

Fábrate va a pedir que activa su micro.

01:15:59

Gracias.

01:16:04

María, desde cuando te sucede esto en tu relación.

01:16:10

Pues yo creo que llevamos un año que ya sea...

01:16:15

como que ya se ha desaparecido anteriormente como que era menos.

01:16:21

hace dos años, pero ahora ya es totalmente... ¿cuándo tiempo tienen juntos? Tenemos 18 años.

01:16:33

18 años de casas. ¿Y qué ha sucedido en este último año? ¿Qué crees que se encadre

01:16:40

esto? Pues, no sé, se perdió esa chispa, no sé, no sé bien que sea, nada más que, pues ya no

01:17:04

hay esa conexión que antes teníamos, o que era muy, no sé, era, o sea, era satisfactorio para,

01:17:16

creo que para los dos, pero no sé en qué momento perdimos, bueno, desde que nació nuestra hija

01:17:23

empezamos a tener esa parte de como de alejamiento que hace cuando tiempo no se tuige.

01:17:36

Hace 14 años. Es única hija. Es mi única hija.

01:17:47

Sí. ¿El tiene algunos siglos anteriores o no?

01:17:54

No, no tiene ninguno. Yo antes tuve, bueno, tuve un aborto, pero con otra persona no

01:17:59

fue con él. Y bueno, también lo sabe, porque yo se lo...

01:18:05

Una pasana.

01:18:09

Vale, entonces, ¿siendes qué desde que Nació Tuyja desde hace 14 años?

01:18:13

Es decir, cuando empezó hace muy año, empezó hace 14 años.

01:18:16

bueno sí más de 14 años se perdió eso cuando te refiere se perdió eso a que te refiere

01:18:26

pues pues a la pasión a hacer más activos los ambos yo era yo siento que soy muy activa pero él pues

01:18:37

me seguía esa parte pero pues se fue se fue se fue apagando hasta que ya ahorita ya literal pues ya

01:18:47

se acabó. Vale. Es que los hablamos con él. Sí, vea muchas formas de tranquila, enojada,

01:19:01

de todas las formas he hablado con él, pero pues no le he visto interesa en la verdad.

01:19:08

Vale. ¿Qué es lo que más te ha dado miedo con esto?

01:19:31

No, pues me da miedo.

01:19:34

Refira profundamente.

01:19:39

Pregúntale de que tu corazón sea la able.

01:19:43

Mi mayor miedo, luz en esto es...

01:19:53

No estar con él.

01:20:00

Que es lo que pueda pasar si no estás con él?

01:20:10

Pues como si fuera una bandona, me siento segura con él.

01:20:23

Es decir, sin él te sientes abandonada.

01:20:31

Sí, porque me siento segura con él.

01:20:35

Respira profundamente, si era los ojos y repite, me siento abandonada, sentí.

01:20:55

Me siento abandonada, sentí.

01:20:59

Despira solamente, ¿y qué es lo peor que te puede pasar?

01:21:11

Siendo abandonada.

01:21:18

No, pues me siento como una niña.

01:21:25

respiro profundamente, en nada, en la repite, sintiendo estas palabras. Me siento como una

01:21:51

niña. Soy una niña. Me siento como una niña, soy una niña. Con tus manos en el corazón,

01:22:00

en el pecho, aunque parezca grande, aunque parezca fuerte, simplemente cuya, es pasito. Aunque

01:22:16

que parezca grande, aunque parezca fuerte, me siento como una niña. Repito lo que fue.

01:22:37

Aunque parezca grande, me siento como una niña.

01:22:51

Y aquí en necesitas, a mi niña. Respira con la boca abierta, suelta.

01:23:05

Mira con lo que abierta,

01:23:16

mala y exala,

01:23:25

nada y exala.

01:23:28

Este es el tema mamá,

01:23:29

el tema mamá,

01:23:51

imagínate que eres pequeña,

01:23:53

observa que da tienes.

01:24:19

Síntete los brazos de mamá,

01:24:37

en los brazos de mamá,

01:24:42

tanita eres.

01:24:48

Vita,

01:24:51

síntete los brazos de mamá,

01:25:06

y respiren sus brazos.

01:25:12

Síntete los brazos de mamá.

01:25:25

todo está bien, respira, siente el abrazo de la vida que te sostiene y respira profundamente

01:26:13

despierta mi nana y abrazate, siente tomor, pretu corazón y deja que fluya y darte permiso

01:27:07

para hacer esa niña, siente el balanceo de mamá, me suelta, ¿cómo que sean?

01:28:04

más tranquila. Es lo poco. Es que te das cuenta con esto.

01:28:22

¿De qué te das?

01:28:23

Pongo como una niña.

01:28:34

En no te veo una plataforma, no estás en una plataforma, pero bueno, voy a

01:28:39

coger a otra persona.

01:28:40

No te veo, vale, voy a coger de todas maneras otra persona para que te represente, vale?

01:28:49

Sandra, pero profundamente, me gusta.

01:29:07

De esa, por favor, salga a representar. Gracias.

01:29:33

¿Qué tiene el cliente que decir a la pareja ahí?

01:29:39

Observamos eso.

01:29:42

Espiró profundamente, simplemente observa, me gusta.

01:29:52

¿Cómo te siente? ¿Cómo se siente tu cuerpo?

01:29:54

¿No? ¿No? Me, me, me duele un poco la espalda.

01:30:05

Te duele un poco la espalda. Vale, vale.

01:30:20

Espíralo profundamente.

01:30:29

Espíralo profundamente. Vale, observa la imagen.

01:30:33

Aquí está viendo la pareja allí.

01:30:42

¿Qué está viendo la pareja allí? ¿Qué siente la presentante de la pareja?

01:30:50

Estoy mirándole a ella y me siento grande.

01:31:00

Vale, te sientes grande, vamos a ponerte más grande entonces.

01:31:04

Me siento grande.

01:31:06

Vale, vamos a ver así.

01:31:10

¿Cómo se siente el cliente?

01:31:12

¿La persona que representa el cliente?

01:31:19

¿Está aquí?

01:31:20

¿Está en esta gran la?

01:31:24

¿Ciéntese más peso?

01:31:26

No chiquita.

01:31:28

Vale, exactamente. Me sientes.

01:31:31

Vale, respiramos profundamente y observamos.

01:31:36

y quiero que le digas a tu pareja ahora me de cuenta que ante ti me he vuelto chiquita

01:32:06

se lo puede decir el cliente de la pareja ahora me de cuenta que ante ti me vuelto chiquita y

01:32:18

respiramos como se siente eso me aliviano más aliviano hay alguna movimiento que quieras hacer

01:32:44

que será lo jarno porque tengo el escalofrío en la salda.

01:33:08

Nelly sala a representar por favor.

01:33:27

¿Cómo se siente cuando llega a este?

01:33:31

¿Cómo se siente cliente cuando llega a esta figura?

01:33:35

¿Quiere ir a ser?

01:34:18

Mal.

01:34:20

Cuando miras a todas se imagen,

01:34:23

¿cómo te sientes?

01:34:30

Cuando observas que tu representante va a su papá.

01:34:45

Me gusta que vaya a mi papá conmigo.

01:34:48

Vale, espera profundamente. Y dilem, papá, te busco por todas partes.

01:35:17

Dime a leer eso, papá. Papá, te busco en todas partes.

01:35:31

Papá, te busco por todas partes.

01:35:36

¿Qué pasó con tu papá?

01:35:39

A mí lo vuelvo a repetir porque se cortó.

01:35:43

¿Qué pasó con tu papá?

01:35:46

Mi papá falleció cuando tenía 11 años.

01:35:48

ya, respira profundamente. Falleció cuando tenía 11 años.

01:35:55

Sí, respira profundamente.

01:36:01

Vile papá, todavía me siga haciendo falta.

01:36:12

Papá, todavía me hace falta.

01:36:16

Respira con abocaberta, digo experimentando,

01:36:45

todo andone en mi vida.

01:36:56

Respira profundamente.

01:37:00

Vile papá por favor.

01:37:03

Respira profundamente y dile papá por favor.

01:37:06

En mi corazón siempre vivirás.

01:37:21

Papá, por favor, en mi corazón siempre vividas.

01:37:44

¿Cómo es suficiente?

01:37:59

Ya se me quedó en dolor de desfala que tenía.

01:38:04

Ni le papá, siempre vividas en mi corazón.

01:38:13

¿No me permiso?

01:38:16

Papá, siempre vividas en mi corazón.

01:38:27

Dame el permiso.

01:38:30

Para vivir.

01:38:38

Era profundamente.

01:38:42

y ahora mira tu pareja y ni le contuvo sin perna, no hace falta que me lo digas en vos

01:38:56

altas, dí le he buscado en ti el amor de papá y el amor de mamá, lo siento, he querido

01:39:10

que me sostengas y dí le cualquier cosa que quieras en estos momentos a él, el que

01:39:17

salga de tu corazón, lo que sientas, los representantes de la plataforma si quieren hacer algún

01:39:39

movimiento fue asado. ¿Somos asociante, Ale? Me siento tranquila, relajada.

01:40:11

Espera profundamente y dile a tu pareja. Ahora te veo como hombre.

01:40:28

Ahora te veo como hombre. Y cuéntale con tu voz interna,

01:40:44

tus grandes pasiones, lo que más te apasionan en el mundo, lo que más se gusta,

01:40:49

cuéntale tus sueños. No sexuales, sino tus sueños de vida,

01:40:59

lo que te entusiasma más que te apasiona.

01:41:02

Tu gran sueño, cuéntenos tu gran sueño.

01:41:07

Cuéntenos a nosotros, nosotros ahora somos él.

01:41:10

¿Cuál es tu gran sueño?

01:41:18

Que compartamos lo que antes hacíamos como disfrutar los fines de semana,

01:41:29

tomando vino, viendo películas bailando, disfrutando a nuestra hija.

01:41:38

un sueño que es allá, un sueño en honor a papá, un sueño para honrar la

01:41:54

memoria de papá, para honrar la memoria del niño perdido, para honrar la memoria

01:42:02

de tu niña en gana. Dejado de ser la niña y ser la grande.

01:42:13

No importa, cualquier sueño. Un sueño a lo que quieras hacer por el mundo,

01:42:18

algo que quieras hacer para las representar por favor, algún sueño que tengas y

01:42:25

que te entusiasme, viajar y conocer para este país.

01:42:38

Cuéntame un país, me gustaría ir a Suiza.

01:42:46

Ah, genial. Pues dile, directamente dile.

01:42:51

Oye, ¿sabes qué?

01:42:52

Nos vamos a Suiza.

01:42:54

¿Tú trabajas?

01:42:56

Sí, los dos trabajamos.

01:42:57

genial, entonces dile cuánto vas a ahorrar, dile que vas a sacar pasajes y que se van a ir a su

01:43:04

isa en tal fecho. Yo se ve cómo te hace sentir eso. En feliz es posible, es posible ese soñad.

01:43:20

Contenta el bebé. Es posible realizar ese soñad en cuanto tiempo. En cuanto tiempo. En unos, unos

01:43:38

cinco años, en unos cinco años. Vale, entonces podemos ir otro viaje más cerca.

01:43:52

Sí, nos sala playa, nos agua turco, descansar, disfrutar del mar, iracinar, platicar.

01:44:16

entonces, dilenos vamos entonces antes de irnos a su vista que a nuestro gran migran sueño,

01:44:22

nos vamos a ir a la playa cuando en un año, huitto, ve muy lejos que era algo más cerca.

01:44:39

No importa, notamos el del año de todas maneras también, ahora quiero algo más cerca.

01:44:44

No sé, en unos 15 días irnos a hacerle juntos, a bailar.

01:45:02

Vale, entonces lo vas a invitar tú.

01:45:06

Sí.

01:45:07

Vale, ¿me vas a hacer... tienes el teléfono tú mano?

01:45:11

¿Qué día piensas a hacerlo, por cierto?

01:45:14

Sí.

01:45:15

¿Qué día piensas a hacerlo?

01:45:19

En unos 15 días, ¿qué sería...?

01:45:21

15 días a ver qué fecha, eh. A ver, a ver, a ver, a ver.

01:45:24

Veo la fecha.

01:45:27

El estado que viene o el estado 28. El estado 28.

01:45:33

El estado 28, a cenar. Si, ¿no?

01:45:39

Sí.

01:45:40

Vale. ¿Tienes un teléfono a la mano?

01:45:42

A cenar, a bailar, a platican.

01:45:45

Vale. ¿Tienes un teléfono a la mano?

01:45:47

Vale.

01:45:48

Aquí quiero que hagamos ahora, quiero que respira profundamente.

01:45:52

que pongas que, porque desde tu abdomen tuvo más sexo y tuvo más serótica.

01:46:06

Y quiero que marque el número de tu marido, pues llamamos por teléfto y le dice

01:46:10

¿sabes qué? Tenemos una cena programada para el día de 28.

01:46:17

De apuntas.

01:46:20

Sí.

01:46:21

Vale, quiero escucharlo, marca tu número, marca el número de tu marido, quiero escucharlo.

01:46:29

no importa que estén en la misma casa, de igual, si no contesta, dejamos el contestado.

01:46:59

No me contestó, no importa, vale, si no le deja un mensaje, vale?

01:47:08

¿Sí? ¿Y? ¿Y? Amor oye tenemos una cena para el 28 de este mes. No, pues la voy a hacer para que

01:47:30

vayamos a cenar. ¿Tú y yo? Sólo. Los dos, sólo tú y yo nada más. Sí? Ok. Bueno, ok. Gracias.

01:47:43

¿Qué? A ver, fíjate tú. Yo voy a practicar ¿no? Imagínate tú. Ya le voy a decir a mi marido. Amor,

01:47:54

tenemos una cena el día 28, tuyo solos, me emociona mucho estar junto a ti, estar

01:48:04

rodo solo, beber una copa de vino y disfrutar así que estás cordialmente

01:48:09

invitado, te apuntas, que suelo diferente a lo que yo dije a lo que tú dijiste.

01:48:20

Pues más amor, más, como se puede decir, que un más sentimiento o más amoroso, lo dijiste

01:48:29

bien al principio. Más complicidad, más intimidad.

01:48:39

Observas como tú también sabes por qué lo hice primero, bueno, para que te comprometiera,

01:48:43

pero lo otro es para que te observe cómo le hablas. Si empezaste muy bien, amor, pero amor,

01:48:55

pues nada, me gustaría disfrutar con ti, tomar unos miniples que tengo muchas ganas,

01:49:00

el fruta contigo. ¿No es la diferencia?

01:49:05

Sí.

01:49:08

Entonces, eso suena a invitación no solamente tomar la copa de vino sino a lo que viene

01:49:13

después. ¿Qué crees que falta entonces en ti?

01:49:26

Más amor en decir en las cosas.

01:49:29

No es solamente en eso sino que sabés, ahora venimos de una niña y la niña vez no se

01:49:34

sabe expresar como adulta. Ahora empezamos a hacer adulta y la adulta se dirige de manera

01:49:40

diferente, adulta se comunica de manera diferente, respira profundamente y sienten que parte de tu cuerpo se siente mujer grande, mujer así tipo frotita, tipo venus, tipo mujer apasionada con toda esa pasión que lleva dentro.

01:50:16

¿Cómo se sienten? ¿Qué parte de tu cuerpo se siente?

01:50:20

En mi vientre.

01:50:21

En tu vientre. Es exactamente genial.

01:50:25

Ahora quiero que te levantes. No importa que tienes la cámara cerrada, levántate y mueve

01:50:29

tus cinturas.

01:50:31

¿Vale?

01:50:33

Tu columna, tu cintura y sientes a energía. ¿Vale?

01:50:38

Mueve esa energía de mujer y respira profundamente.

01:51:16

¿Y cómo se siente esa nueva figura que llega allí?

01:51:20

más libre. Tú nueva tú. Más libre.

01:51:26

Menos pesada. Menos pesada. Más atractiva.

01:51:36

Más atractiva, genial. Espíra profundamente.

01:51:40

Tu marido se en el trabajo o está en casa ahora.

01:51:43

Está en casa pero está trabajando.

01:51:46

Vale, vale, vale.

01:51:48

Espíra profundamente. Ahora entre un ratito vamos a hacer un braille.

01:51:52

Quiero que en ese momento que vayas al braille.

01:51:55

quiero que lo braces y le susurres a lo hídodos a que te quiero y simplemente te vayas,

01:52:02

simplemente le dices eso, le susurras a lo hila y te vuelves a tomar tu agua a relajarte.

01:52:10

Espera profundamente, siente el calorcito, mira también me dio calor, respira profundamente.

01:52:21

Dime una frase para ese trabajo, vale.

01:52:25

¿Manten?

01:52:26

Dime una frase para este trabajo.

01:52:29

¿Agradida?

01:52:30

No, gracias. Y comprendiendo.

01:52:37

Comprendiendo. Gracias a ti.

01:52:41

Gracias.

01:52:43

Préspiremos al decir profundamente.

01:52:45

Vale.

01:52:46

¿Cómo se siente los que no representan?

01:52:58

¿Cómo?

01:53:00

Rezando.

01:53:01

Razonando.

01:53:05

¿En gran sueño cómo se siente?

01:53:12

En gran sueño se siente que se logra con amor.

01:53:17

Se logra con amor.

01:53:18

Vale. Gracias.

01:53:22

respiramos profundamente, movemos el cuerpo, los hombros, una frase, una palabra para ese trabajo,

01:53:31

el resto de los participantes. Recuerda que dentro de un ratito cuando agregamos el

01:53:37

braille vas a ir y vas a suzorrar a tu marido, simplemente lo vas a mirar, lo vas a suzorrar

01:53:43

lo ídos, a veces que te quiero, simplemente eso, y te vas a suzorrar a tu amieliosa.

01:53:52

respira, respira, respira

01:53:53

profundamente gracias a ti por ese trabajo.

01:53:57

Que me gustaría tres personas de los que están

01:54:00

cualquiera una frase o una palabra para ese trabajo.

01:54:17

No toda la vez.

01:54:20

Speaks.

01:54:20

Caprici.

01:54:21

S.

01:54:22

A.

01:54:23

A hablar con conciencia.

01:54:27

Bueno, no sé si pues, luz.

01:54:32

más sanación de viento, al y demás, cuanto me parezco los demás, simplemente el observamos en

01:55:00

eso, el único trabajo donde puede empezar siempre, siempre es nosotros, en nosotros podemos hacer la

01:55:13

más ya cuando el amor borota desde el adulto el amor sale fluye y da simplemente

01:55:24

envito que pone de movimiento ese amor vamos a hacer hombre de 10

01:55:34

minutos mal solamente 10 minutos son yo tengo las 23 y 26 a la 23 y 36 estamos aquí todos

01:55:41

yo le dejó la música de 10 minutos para estar.

01:55:48

Respiramos profundamente, nos centramos aquí ahora,

01:55:53

y solamente 10 minutos para estar.

01:55:56

Beban agua, mueve en su cuerpo y simplemente volvemos en un instante.

01:56:03

Para volver como tu trabajo.

01:56:06

Hasta los momentos que como vamos a algún movimiento,

01:56:10

algo especial, entonces genial, bueno vemos entonces 10 minutitos solamente, vale, son las 23, 26, a las 23 y 36 estamos aquí de nuevo, ¿vale?

01:56:32

Y es minutito para que se mueven, se dispersen y haga su tarea y luego nos cuenta ver cómo lo fue, transformar genial, ¿vale?

01:56:40

entonces 10 minutitos de bebé y regresan, espiramos profundamente, nos centramos y salimos,

01:56:50

si es requiere un ratito, vamos aquí un ratito, dejo compartir pantalla y estamos aquí 10

01:57:05

minutitos, solamente las 36, estoy de vuelta, entonces cada quien abre agua y del baño, al pippie

01:57:14

todo lo que tengan que hacer, diez minutos.

02:07:37

Hola, ¿qué tal?

02:07:42

Ya pasó el tiempo. ¿qué tal?

02:07:53

A ver cuénteme.

02:07:57

¿Hay alguien aquí?

02:07:59

Hola, hola.

02:08:00

Como hablan de hablando del maillán.

02:08:02

Hola.

02:08:03

Hola, ¿qué tal?

02:08:06

¿Cómo estamos?

02:08:08

Muy bien.

02:08:11

Hay mucha gente aquí.

02:08:13

¿Cómo estamos? ¿haber?

02:08:16

¿Valice el? ¿qué tal estamos?

02:08:18

Ya que los veo.

02:08:20

¿qué tal estamos? ¿qué tal?

02:08:20

Estamos de vuelta ya.

02:08:23

es luz de marron, mareos, bien cachos, no sé por qué, bueno lo mismo.

02:08:29

Tienes que siempre me voy a avisar el cuerpo, me voy a ver, ya ves, se mueve mucha energía,

02:08:35

alguien más, algún malestar, en infusión, un chocolate, un caramelito, algo que pueda ser que te

02:08:47

Ayudo por su agulbre. ¿Cómo estamos?

02:08:53

¿Quién se que es diferente la experiencia de las clases hasta el mundo ayer? ¿Qué han

02:08:57

cuantas diferencias? ¿No?

02:09:01

¿Este es que han experimentado también de otros de clases, a experimentar en el taller?

02:09:08

Vale, respiramos profundamente y nos entramos aquí y ahora.

02:09:15

en un momento en un momento luz a mi leí si te la pregunta a la persona a la persona que estaba

02:09:26

constantemente y yo sentí una respuesta en mi cuerpo de miedo mucho mucho mucho miedo y eso fue

02:09:40

bien fuerte. Así es, se despierta en cosas en nosotros,

02:09:51

sobre todo, estamos siendo representantes,

02:09:53

esto está siendo representante de alguien allí,

02:09:56

por eso te saqué justamente también a ti y pues no,

02:10:00

hay más historia, no es solamente eso de ella ni empezar a

02:10:07

ese movimiento interno. A ver, a ver, a le por cierto,

02:10:10

¿cómo te fue con tu pareja?

02:10:16

me fue bien, a ver qué me dijo que se le hacía raro que le dijera eso, entonces le

02:10:23

dije no vamos a hacerlo y ya me abrazó y yo también lo abracé ya.

02:10:29

Qué bueno te abrazó y qué tal, ¿cómo te sentiste?

02:10:33

Pues amada.

02:10:35

Wow, fijaate por donde se empieza.

02:10:40

Sí, sí.

02:10:43

Gracias, muchísimas gracias.

02:10:45

Gracias a ti. Ya saben, yo, este después me llevás en la maleta para el Unidad de Mier.

02:10:53

Me entira, bro. O por lo menos pasa por España, o visitando.

02:11:01

Genial, gracias. Vale, genial. Vamos a seguir.

02:11:05

Espiramos profundamente. Nos entramos aquí, ahora.

02:11:12

respiramos tomamos conciencia de nuestro cuerpo de nuestras sensaciones

02:11:21

María la María la hola qué tal como estamos bien que gracias por estar mal

02:11:33

gracias a todos vale a ti María la este cuenta yo sé que me escribiste yo siempre digo no me escriben ya cuando

02:11:41

yo siempre pregunto que van a gozar la har y todo lo demás, pero bueno en una frase contó

02:11:47

que esto bueno ya sé que no estuviste del inicio pero en una frase si pudiera resumir en una frase

02:11:53

corta lo que tú quieres trabajar hoy que sería en una frase corta si es una contradicción

02:12:07

Contradicción sería que hay contradicción, ese correto, como una contradicción, porque en realidad hay

02:12:18

un montón de posibilidades, pero a la vez de tener parejas las que quiera, pero no hace

02:12:25

estoy como viendo o no, o no me las estoy permitiendo, o como que estoy bien, me convenzo

02:12:31

de que estoy bien sin pareja, estoy en paz así. Pero la vez digo no, pero sería interesante

02:12:43

compartir, abrirme a compartir pareja desde otro lado que anteriormente.

02:12:53

Es una pregunta, ¿a quién es por hacer interesante de tren pareja?

02:13:01

perdón, aquí en le parecería, aquí en le parecería interesante tener parejamos.

02:13:13

A todo mi plan, mi madre, mi hermano, mi hermana,

02:13:22

tres, ellos, ellos tres, mi hermana se casó cinco veces, tu cinco matrimonios,

02:13:31

mi hermano era gay pero tenía las parejas escondidas, vale.

02:13:38

Vale, en tu hermano era gay, tenía las parejas escondidos.

02:13:41

Sí, de mi madre, principalmente.

02:13:46

Quiero que accede algo y a veces me gusta, por eso tengo que me gusta escuchar,

02:13:53

se me gusta leerlos, ¿no?

02:13:55

Y una de las cosas que yo quiero que tome es con sencía aquí y ahora.

02:13:58

¿Sí?

02:14:01

¿Qué te hace sentir ser irreverente dentro de tu familia?

02:14:16

es por algo que pones cuando escribes, cuando hablas, ya te voy a decir qué, pero qué te hace sentir

02:14:22

ser la irreverente de tu sistema y irreverente que significa irreverente rebelde,

02:14:31

qué te hace sentir eso? ¿Cómo, como fuera de la que está fuera de la regla?

02:14:43

Sí, sí, sí, exacto como sí, como...

02:14:49

¿Cómo qué?

02:14:51

¿Cómo, cómo infieres? Vamos a decir.

02:14:57

¿Cómo te hace sentir eso?

02:15:00

Y sin embargo en las parejas soy extremadamente fiel.

02:15:05

Cuando tengo una pareja.

02:15:06

Y a pero como te...

02:15:08

¿Qué me hace sentir?

02:15:10

El hecho de ser infiel para la familia, irreverente, rebelde.

02:15:16

como al contrario, como que estoy acompañándolo en eso.

02:15:23

Me da eso, como contradictorio, por eso.

02:15:26

Acompañándolo en que acompañándoles en que como ellos,

02:15:31

por ejemplo, no pudieron lograr abrir, tener el amor que querían o siempre estaba,

02:15:39

probé con esto, probé con esto, no, probé con esta pareja, no, no.

02:15:44

entonces como en cierta forma acompañarlos en eso yo,

02:15:49

siendo infiel a mí misma, papá. O sea, no, ver si me entienden.

02:15:56

¿No? No, no, no, no, no.

02:15:59

Sólo me endiguieron que tomas con sea, ya.

02:16:01

Bueno, entonces el hecho de este, el hecho de que no tengas una pareja,

02:16:08

el hecho de o si tenerla, pero tercer,

02:16:11

de ser divertido en contra de con ello te hace ser infiel a tu familia o te hace ser fiel a tu familia. Claro, me hace ser fiel.

02:16:24

Entonces no eres irreverente, ¿no? No, no eres la verdad. No eres la verdad. No, no sé, a ver.

02:16:41

Lo que pasa es que la pareja que tuve fue muy violenta, muy violenta o todo, muchos años.

02:16:48

Entonces, como que dio vuelta, si vueltas la vida, me enseñó un montón de cosas y no sé,

02:16:58

siento que para tener una pareja tengo que estar como muy equilibrada, muy armonizada para no volver a caer en cosas de ese tipo.

02:17:09

pero no sé si se revende, no me parece que no se revende entonces, no soy ojo negra.

02:17:16

Vale, una pregunta. Y que te causa gracia, que es lo que más te divierte de todo esto.

02:17:23

No, que me estoy dando cuenta, que me estoy riendo de mi misma.

02:17:28

Sí, pero es que salgo lo pasa.

02:17:30

Sí.

02:17:31

Cuando me escribiste, me escribiste varias veces, jaja, jaja, jaja, y cuando me hablar, también me

02:17:36

y se paría de ese jaja, que te divierte todo esto.

02:17:43

Es que si le es tu correo el que me enviaste te vas a dar cuenta de jaja,

02:17:47

en exactamente lo tengo aquí copiado, yo los copio todo y tengo jaja,

02:17:52

una vez dos veces jaja y aquí directamente hablo no conmigo también jaja,

02:17:57

varias veces.

02:17:58

Ah, capas que no me divierte nada es porque me duelo mucho,

02:18:04

seguramente como una cosa inconsciente de sacar la importancia.

02:18:14

Y capaz que para mí fue algún dolor muy fuerte,

02:18:17

a esto yo, de la que me surgieron la vida y bueno,

02:18:23

y nada, están ahí, supongo, no? De lado,

02:18:30

hablarlo ahora, a ver un dolor ahí muy escondido,

02:18:34

no sé, porque la risa es como descontracturar algo que me surgen

02:18:43

conscientemente como que fuera de una niña o no sé, no sabría

02:18:49

analizarlo mucho. No, no, no. Aquí vamos, ¿no?

02:18:54

Capacán que sacar ese claro, hay que sacar llorar un poco todo eso.

02:19:01

Vamos a imaginar, me gusta mucho todo lo que se da de error representar cosas. Vamos a imaginar

02:19:12

que aquí ahora turliza va a conselar. Es turliza la que va a conselar. Ahí está. Este jaja.

02:19:21

si, si es de jaja, quiero que ahora sea aquí, ahora sea ese jaja, quieres

02:19:30

cosa el arte, de jaja. El orgullo.

02:19:39

El orgullo, vale, quiere, jaja, quiere cosa el arte, el orgullo, qué es lo que

02:19:47

te da miedo del orgullo, jaja. Restable importancia, restable importancia, las cosas, lo

02:19:57

lo que me ha miedo, que no se tome en cuenta, que no, a ver, como que me burlo, me burlo,

02:20:14

sí, como burlona, como te ignoro, como no me importas, como algo así.

02:20:24

Me ha miedo como que no te vean, como que no te algo de eso puede ser.

02:20:34

¿Y qué pasa cuando no te ven?

02:20:38

¿Qué es lo peor?

02:20:39

¿Qué pasa cuando no te ven?

02:20:44

como que no te dan importancia, no te dan importancia, no existís para esa persona,

02:21:05

ya tengo la imagen. Y por aquí no existes. Y bueno, en el momento de la imagen que me vino,

02:21:19

es eso, no, mi hermano, mi madre y mi hermana a mayor, que no estaban viendo una situación

02:21:29

que requería ser vista en su momento. Para mí, desde mi punto de vista de adolescente,

02:21:38

porque quien quiere ser vista. Por ellos, ellos están en otro plano, en ese momento, sí,

02:21:54

y quería como que...

02:21:59

Sí, como que vieran que te maltrataba.

02:22:05

Exacto.

02:22:16

Ay, esta.

02:22:19

No que vieran.

02:22:20

No sé si la palabra es que vieran que me maltrataban,

02:22:23

que vieran la situación, que alguien me tiera a un sonido,

02:22:28

que alguien dijera algo, pero no como todo, así como si pasas

02:22:33

al lado y no quedas tenías.

02:22:37

y 16, pero como muy aníñados y muy controlados,

02:22:41

porque eran ahí por acá, o mi casa era así, como ya era más chica,

02:22:46

estaba siempre todo muy pendiente, ¿no?

02:22:50

¿Entén maltrataba?

02:22:57

Sí, maltrato, sí, maltrato.

02:23:06

Es como ignorancia, como lo me importas, como no te veo, como con existís,

02:23:15

para quien no existía, para mi hermano, para mi mamá y para mi hermana, que eran los tres

02:23:25

colos que más estaba, no existía para ella. Claro, porque mi padre directamente no estaba trabajando

02:23:36

siempre, no se ocupaba esos temas como en este subclan que teníamos, ahí salió de nuevo la risa.

02:23:47

y otra vez.

02:23:49

Sí.

02:23:56

Sí.

02:23:56

Pues quiero reír para no llorar.

02:23:58

Exacto.

02:24:22

A veces jugamos, simplemente no llorar.

02:24:31

Exacto.

02:24:33

Espeír a profundamente.

02:24:40

Espeír a profundamente.

02:24:42

Lo hace muy tanto que los arremucho, lo bloqueo mucho eso.

02:24:46

¿Cómo que?

02:24:47

Entonces sí.

02:24:48

Si no fuera ahora sí.

02:24:54

Espeír a con lo que abierta.

02:24:56

Y dice lo ahora, siento que no existo.

02:25:08

Siento que no existo.

02:25:10

Y se lo tormana.

02:25:19

Siento que no existo para ti.

02:25:27

Y de vez que tu hermano te responda, quiero que ahora

02:25:36

venga una miota.

02:25:45

Mi hermano me dice que me ama y que siempre me amó a su manera.

02:25:51

Y si hermano no va a cabirta, me dice que sí.

02:26:13

fue la persona que más existió en su vida y que nos llamó.

02:26:21

Me pierda su anda y dile que para ti también fue un brazo

02:26:44

muy importante o dile lo que quieras.

02:26:48

Para mí fue mi maestro, mi abri, mi padre, mi amigo, mi hermano.

02:26:53

Dile.

02:26:56

Y te amo con todo mi corazón y te harás.

02:27:01

Es tan tan muy de cosas.

02:27:05

y como este. Mi mamá no tengo palabras porque ella es una

02:27:50

brosa, una campeona de la vida, una gran maestra, son sarolos,

02:28:01

amorosa, la boca con todo mi corazón.

02:28:05

Le dicen o dire, mamá te amo con todo mi corazón.

02:28:09

Mamá te amo sí, con todo mi corazón.

02:28:11

que te agradezco, que adece mi asa. Que bonito es ser vulnerable, ¿verdad?

02:28:24

Ah, sí. Que bonito es sentir estar estuvo, alien morosa. Alien que ama profundamente.

02:28:38

Gracias, Luz.

02:28:40

Vale, respira profundamente. Vale. Y ahora papá, ¿la papá está vivo?

02:28:55

no, no, no. Ahora quiero que sentas a papá y te lo manidelo aquí delante. ¿Qué

02:29:07

es que agradecer la papá? Gracias. ¿De quién te viene tanto amor? ¿De quién te viene

02:29:25

tanto amor? De esos dos. De mi padre y de mi madre.

02:29:40

Bueno, yo quiero que los visualices a ambos

02:29:43

y que le digas, tengo tanto amor que ha recibido

02:29:51

ustedes, nosotros.

02:29:55

Tengo tanto amor que ha recibido ustedes.

02:30:08

Y dile, cuéntale que quieres hacer con esa amor ahí.

02:30:23

Quiero que reciban recibíócrocamente todo el amor que me dieron.

02:30:28

Y quiero poder hacerlo y extenderlo a todo mi entorno,

02:30:31

todo lo que más, que todo más a todo lo que más sigue el alcance de mi corazón a través de la

02:30:40

unión de esos dos. Vale. Y aquí mamá te dice vale mi niña y qué pasa con la pareja. No sé,

02:31:11

qué pasa si le da ese amor a una pareja, cuál es tu mayor miedo de darles amor a una pareja. No sé

02:31:48

porque me vino mi abuela y me abuela.

02:31:55

Espira profundamente y nada la exala.

02:32:07

Lo que está en la plataforma que podamos ver, por favor, espira profundamente.

02:33:22

La palabra pareja me vino trabajo.

02:33:29

Cuando recién me preguntaste, me venía como queda trabajo.

02:33:45

Laura puede salir representar, por favor.

02:33:53

Fueza.

02:34:28

Y acá, aquí, siga su movimiento, por favor.

02:34:32

Pertamos a atención a esta imagen, a ver qué tal.

02:34:35

Que vemos especial.

02:34:36

Tu abuela y tu vizavuela.

02:34:40

Yo que tengo que hacer acá, luz.

02:34:42

Tú nada, simplemente, por ahora, ver.

02:34:45

Ok.

02:34:46

No, pero si tú veras en la plataforma, puede ser.

02:34:50

Pero si no, no pasa nada, puedes verlo también.

02:34:53

Ok.

02:34:55

Y que lo profundamente Marta está representada por favor.

02:35:05

Marta como mi hermana es la otra.

02:35:07

Y la hermana que vive en España.

02:35:13

Mira, tiene una hermana que vive aquí.

02:35:15

Sí, sí, en ellas canarias.

02:35:19

Vino hace poquito, después de siete años que no venía a visitarlos.

02:35:24

Y bueno.

02:35:25

Sí, pero no es la hermana que te hablaba la mayor que te hablaba.

02:35:53

que se ha estado en la

02:35:55

cliente de la cliente.

02:36:03

¿Como de esta habilidad?

02:36:06

De inestabilidad.

02:36:09

¿Qué sientes con ese trabajo

02:36:11

allá el lado?

02:36:15

Con mucha ansiedad.

02:36:22

¿Qué miras?

02:36:28

Cuando lo quedan en el caro.

02:36:31

¿Puedes implicarse?

02:36:33

Que miró allá.

02:36:33

pero no sé qué ver. No sabe qué mira, vale.

02:36:47

Me espira profundamente.

02:36:50

Mani.

02:36:54

¿Cómo hay?

02:36:56

Mani.

02:37:01

Mani, Maríaela.

02:37:04

Sí.

02:37:05

Dile a tu visabuela.

02:37:10

¿Sí?

02:37:14

Sé que la pareja para ti significó mucho trabajo.

02:37:31

Con la boca abierta.

02:38:00

Visualízate en los brazos y en las piernas de la abuela.

02:38:06

de la abuelita siento tu dolor mi sabuela.

02:38:12

Mi sabuela.

02:38:14

Sírla, yo siento tu dolor.

02:38:20

Sé que la pareja significó mucho trabajo para ti.

02:38:26

Sí, mucho para ti.

02:38:30

Lo siento.

02:38:37

Ella perdió su familia porque no le permitían, no le permitían, porque mi sabuela era indígena.

02:38:49

Y ella era bajo francesa.

02:38:54

Mira profundamente.

02:38:58

Y de estar siendo la cocelación alguien que está en el país bajo francesa.

02:39:04

¿Cómo?

02:39:05

De estar siendo la cocelación alguien que se encuentra en el país bajo francesa.

02:39:10

Tu, wow.

02:39:11

¿Y eso bien?

02:39:12

Bien, Bilbao.

02:39:14

Ah, espera profundamente.

02:39:23

Tiene esa huella ahora lo veo.

02:39:26

¿A ver esa huella?

02:39:27

ahora lo veo, claro.

02:39:33

¿Y le decía a tu pagaste el preso?

02:39:37

Si toda la familia no la dejaron afuera de su familia porque era él, que era su amor,

02:39:48

o era la familia.

02:39:53

Esa era muy chica, tenía 13 años y le ha mejorado.

02:39:57

Exactamente, si le ahora te veo.

02:39:58

ahora te veo, ahora entiendo, mi contradicción, mi contradicción, dame tu permiso, ya tu pagaste el precio, dame tu permiso, vise a volar, vise a volar, dame tu permiso, ya tu pagaste el precio, ya tu pagaste.

02:40:39

Y la voz disavuela te dice,

02:40:42

mi niña,

02:40:44

puedes escoger a quien quieras y como quieras.

02:40:48

Yo solamente quiero que se afediz.

02:40:53

Vive.

02:40:56

Y la mamá.

02:40:59

Todo ese gran amor que yo sentí,

02:41:01

todo ese gran amor que tú sientes,

02:41:03

bien al mí.

02:41:12

Te amo.

02:41:36

En la plataforma,

02:41:37

quiero hacer algo movimiento,

02:41:54

en la visabuela,

02:41:57

siempre te llevaré mi corazón.

02:42:01

querida vizavuela, siempre se van en mi corazón.

02:42:07

Y amare a un hombre en tu honor.

02:42:10

Amare a un hombre en tu honor.

02:42:17

Gracias.

02:42:18

Que bien se siente.

02:42:31

Gracias a ese gran amor de la vizavuela,

02:42:34

mira toda la generación que surgió.

02:42:37

Claro.

02:42:38

Sí.

02:42:43

Y tú llevas el mismo amor de ella,

02:42:46

por fondo intenso y auténtico.

02:43:02

¿Puedes coger aquí en Amar cuando lo deseas sin miedo?

02:43:08

Gracias.

02:43:10

Sí.

02:43:11

Espira profundamente.

02:43:14

Visualiza que caminándose a la vida con ese inmenso amor que fluye a través de la

02:43:20

vizavuela, de la abuela y de toda tu generación a través de ti fluye ese tu corazón.

02:43:28

No, ya ahora vas por el mundo disfrutando de dar esa amor a quien tú elijas, cuando tú elijas,

02:43:40

da igual si alguien no permite, si alguien no lo permite.

02:43:45

Ya viste lo que hemos acogido, igual que la avisa oela.

02:43:51

Diferente por igual.

02:43:56

con parte de ese amor, con quien sea, con quien tú elijas, pero de ahora desde la

02:44:10

conciencia y entrega lo sin miedo porque cada vez que lo entrega sin miedo, le

02:44:20

se decía la huella y me inclinó y onro mi huella.

02:44:27

Ahora, inclinan tu cabeza y onro a tu huella.

02:44:38

Sin menzo amor de esa mujer.

02:44:41

Sí, gracias.

02:44:53

Ella, algo más que le quedas decir a una posible pareja.

02:45:07

Ahora te veo.

02:45:09

Ahora te veo.

02:45:11

Y ahora sí dispuesta a mar.

02:45:14

Sí, exacto.

02:45:16

Vale. Liva decirte amo desde ya.

02:45:20

Ah, en realidad me alegramos eso.

02:45:24

Una frase para este trabajo, Mariela.

02:45:26

Unito.

02:45:28

Gratito.

02:45:29

Infinita.

02:45:34

Conrad.

02:45:36

Y bendición.

02:45:39

A todos.

02:45:45

A todos.

02:45:46

Los aquí presentes y los involucrados.

02:45:50

Muchas gracias.

02:45:51

Gracias de corazón.

02:45:53

respira muy profundamente y ahora vamos sin miedo en libertad con ese trabajo me quedo el amor sin

02:46:08

de amor, el amor dar simplemente, gracias, gracias, mantiene. Algunó de los representantes,

02:46:21

quiero decir algo y les sirva a la... Yo con representantes, ¿ciento? Que ahora puedo ver a mi pareja,

02:46:43

es que muy tranquila.

02:46:47

Gracias.

02:46:55

Ahora te veo.

02:46:57

Ahora te veo.

02:46:59

Vale.

02:46:59

Ayer más, aquí vemos el trabajo completo para que lo veas, María.

02:47:20

Además, que les diría algo, me gustaría que fuera tres personas, tres frases o tres palabras.

02:47:28

Yo como representante de la pareja,

02:47:33

es decir, que la tracción que me hace sentir

02:47:38

de la figura de la vissa abuela,

02:47:40

es tremenda y el confort,

02:47:43

no puedo dejar de pirarla.

02:47:46

Es siento ahora acá en el pecho,

02:47:51

un gran amor,

02:47:53

es que es solo lo que contenías.

02:47:59

Es que lo asesinado.

02:48:01

Bueno, mi abuela y mi Marta, mi hermana se llama en Paula, las dos.

02:48:22

Son Paula.

02:48:30

Tiramos profundamente.

02:48:32

Y empezamos a compartir esa moda.

02:48:36

Sería en la.

02:48:39

Y ahora.

02:48:46

Siquiera se va a tomar sito con agua, te laja, te mueve, te observa tu cuerpo como se siente.

02:48:53

Vale, y bueno, vale, genial, gracias.

02:48:58

Al edición, rando a nuestros ancestros.

02:49:00

Alguien más.

02:49:03

Gracias.

02:49:05

Gracias a los representantes.

02:49:06

Muchas gracias a los representantes.

02:49:13

Gracias.

02:49:14

Gracias.

02:49:15

Vale, por ahí están diciendo si a todo como fue.

02:49:18

Es que intenso dice otra.

02:49:21

Alguien más.

02:49:32

Alguien más.

02:49:33

si sea algo, sí, efectivamente, muy intenso. Hacía muy bello. Gracias. Me es que le

02:49:43

voy a decir este encuentro, de decir este momento y recibir las bendiciones que ya estamos recibiendo

02:49:49

a través de todo, ¿no? De esta frecuencia. Y a través de, ¿sabes qué? De tu lineaje, de

02:50:05

también. Muy amor, interrogando.

02:50:10

Entonces, bonito, me encanta el hecho de que en un sistema prevaleza tan intenso

02:50:15

la amor. Entonces, claro, por ese susto,

02:50:22

entonces, bonito cuando se expanden.

02:50:25

Gracias. Gracias.

02:50:29

Gracias.

02:50:32

Bueno, veamos este, a ver, movimiento, no

02:50:37

Vamos a mover las sensaciones, observamos,

02:50:41

que pasa con nosotros, que pasa en este momento.

02:50:48

Espiramos conciente y conectadamente.

02:51:04

Vamos a ver, Marisa.

02:51:06

Esta Marisa, por cierto.

02:51:12

Hola, Marisa.

02:51:18

Marisa está.

02:51:21

Hola.

02:51:22

Hola.

02:51:23

Yo ya aquí, sí, sí, general.

02:51:25

No va con problemas con el sistema, pero sí, sí, estoy aquí.

02:51:31

Vale, genial.

02:51:32

Cuéntame una cosa, Marisa.

02:51:34

Este, bueno, ya sé que me has contado de que vas a cosular y todo lo demás.

02:51:40

Pero bueno, como hemos hecho varias cosas, pues me gustaría saber en una frase.

02:51:49

Sí.

02:51:51

¿Cuál sería tu tema?

02:51:52

cosa. La cuenta.

02:51:56

No importa lo que ya me contase, nada sino lo que se ha ido moviendo, no importa.

02:52:01

Al día de hoy, siempre me interesa saber el día de hoy.

02:52:04

Ahora mismo, si me ha movido muchas cosas, no he tenido muchas sensaciones,

02:52:11

corporales y ahora mismo estoy un poco, bueno, desde que empezado,

02:52:17

Todo está hoy, el taller.

02:52:22

Me he estado muy nerviosa,

02:52:23

me he sentido con mucho, muy nerviosa,

02:52:25

muy inquieta, con muchísimos nervios internos.

02:52:29

Se ha ido poquito a poco, aplacando,

02:52:32

conforme hemos sido trabajando.

02:52:35

Y ahora si tuviera, es un poco

02:52:38

lo que te comentaba en esta tarde, luzno.

02:52:43

es un poco el miedo al compromiso que se ha ido oído viendo más, tomando más conciencia a lo largo un poquito de hoy,

02:52:57

Y también es en no sentirme como querida, siempre ha habido en mis parejas como en el fondo

02:53:11

no sé qué herida, no sé por qué, pero me viene esa la misma frase o la misma creencia

02:53:19

o no sé cómo llamarlo.

02:53:26

¿Qué es para ti?

02:53:28

¿Acuados que no se se estaba a principio cuando yo hice la pregunta?

02:53:32

Sí.

02:53:33

¿Qué es una relación de pareja?

02:53:34

¿Qué es para ti?

02:53:35

Se sentirse querida.

02:53:37

¿Qué significa?

02:53:38

¿Para ti qué es?

02:53:39

Sí.

02:53:45

¿Se respetada?

02:53:51

Básicamente no sé, mi bien, ¿se respetada?

02:53:55

Vale.

02:53:56

Y una pregunta.

02:53:57

¿Qué es lo que puede pasar,

02:53:59

si no eres querida. Por lo pronto me viene miedo. Me da? Soledad.

02:54:15

Soledad. ¿Qué es lo por qué puede pasarse esta sola? O sea, de que da esa en

02:54:22

soledad. Mucha tristeza y bien tristeza. Pena, dolor. Sobre todo, dolor. Como me está

02:54:47

pita a una mucha corazón. Ahora, tengo mucha palpita. Pero profundamente, creo que visualices,

02:55:08

cuando te palpita el corazón, ¿qué más gente llega? Un hombre, una mujer con ese dolor,

02:55:17

esa pena, esa tristeza. Una mujer. Percibe si conocías a esa mujer o si no. Mi bien es que me

02:55:43

venido varias personas me está viniendo por rama materna, rama materna, no la

02:55:52

conozco. Espira profundamente. Vale. Quiero que le digas, mira con la boca abierta y

02:56:04

dile, siendo tu tristeza, tu pena y tu dolor. Es decir, tu tristeza, tu pena y tu dolor por

02:56:29

por no ser querida, por no ser querida. Y ahora visualiza quién rechazó a esa mujer.

02:57:05

Marta, ¿sabes lo representaba por favor? Ya lo tiene, ¿qué rechazó a esa mujer?

02:57:50

Me preguntas, luz. ¿A veces que se va la voz de vez en cuando te iba sin cubano?

02:57:58

sí creo que es una visabuela, ¿vale?

02:58:11

y estaba aquí en la recasó, laura, y por lo que sé, por lo que sé es que su marido

02:58:28

viajaba mucho, la dejaba sola, es lo que lo que me han comentado. No, esto hubiese abuelo. Sí, sí.

02:58:38

Según mi encontrado, finalmente, él hizo estar a representado por favor.

02:59:07

Según mi encontrado, finalmente, nada exala. ¿Tienes hijos?

02:59:30

No. ¿Qué hiciste tener hijos?

02:59:45

Sí.

02:59:56

Y me a la visabuela, por amor a ti, por amor a ti, por no sentir tu dolor, por no sentir tu dolor.

03:00:21

Una parte de mi reno se ha tenido hijos.

03:00:27

Una parte de mi reno se ha tenido hijos.

03:00:37

Es decir, afundamente, me cuesta mucho rápida.

03:00:49

Con la boca abierta.

03:01:19

Diná tu visabuela con tu voz interna lo que quieras decirlo.

03:01:25

Y dile, tu siempre estará grande y yo la pequeña.

03:02:17

Tu siempre será la grande y yo la pequeña.

03:02:30

Tu siempre estará...

03:02:40

Como se siente.

03:02:44

Me tranquiliza.

03:02:47

Vale.

03:02:48

Ahora dirige esta la visabuelo.

03:02:53

Yo serba tus sensaciones con él.

03:03:08

Es como una de la garganta.

03:03:28

Tengo un nudo en la garganta.

03:03:30

Espera, vamos.

03:03:31

Dame el nudo.

03:03:32

Coloca a todos manos en la garganta.

03:03:38

Coloca a todos manos en la garganta.

03:03:41

Sí.

03:03:45

Hay respiras de allí.

03:03:55

Y simplemente sientes una energía ahora.

03:04:02

Y me hago.

03:04:36

Y le también vengo de ti.

03:04:39

También vengo de ti.

03:04:42

Aunque me cuesta.

03:04:44

Aunque me cuesta.

03:04:59

André, es cosa una figura, por favor.

03:05:02

Por favor, él se lo representa.

03:05:21

Miramos profundamente.

03:05:34

Nala, está la heriría, tu visa bueno.

03:05:45

El interés que persivo viene de ti.

03:05:48

El interés que persivo viene de ti.

03:05:50

¿Qué percibo que me dices?

03:06:08

¿Cómo se siente?

03:06:10

Ni mejor.

03:06:12

Mejor, voy recobrando la voz.

03:06:16

Y ya no me duele la garganta.

03:06:19

¿Vale?

03:06:35

¿Eso será representado?

03:06:37

¿Por favor?

03:07:22

Inté llama la atención de toda esa figurita.

03:07:27

Y la que no tiene nombre, que tiene como un palote, un palo encima.

03:07:35

No sé quién es, pero me llamo a la atención.

03:07:41

Esa, esa me llamo a la atención, no sé quién es.

03:07:45

Mirá lo que mira a ella, que se siente mirar a esa.

03:07:54

Como un poco escalofrío.

03:08:00

Mira profundamente y dile a veces siento que no me quiere y que estás conmigo por interés.

03:08:13

A veces siento que no me quiere y estás conmigo por interés.

03:08:16

¿Cómo se siente eso?

03:08:28

El hueco.

03:08:30

¿Cómo se siente eso?

03:08:36

Me da calma, me tranquilizo.

03:08:41

¿Qué siente representante de la familia?

03:08:45

¿Cuándo ya dices eso?

03:08:55

No me ha gustado dírlo.

03:08:59

No me ha gustado nada.

03:09:02

No, no.

03:09:20

¿Qué siente? ¿Qué siente está?

03:09:22

¿Qué siente perdón?

03:09:24

es la vizavuela cuando voy llorando a esa.

03:09:31

Me siento preocupada como con ganas de preguntarle qué le pasa.

03:09:39

¿Y si era como ponerme a transsello?

03:09:59

Ahora quiero que le digas, María, a esa mujer.

03:10:08

¿Esté que te quedaste por fuera?

03:10:11

Ahora lo veo.

03:10:16

Yo, luz.

03:10:17

Sí.

03:10:19

¿Tengo que decirse lo aquí a la vizavuela?

03:10:24

No, a esa mujer que está ahí con el padre.

03:10:26

Es mujer, sé que te quedaste fuera y ahora lo veo.

03:10:33

Y ahora lo veo.

03:10:36

Sí que te quedaste fuera y ahora lo veo.

03:10:39

¿Tienes algún problema de piel?

03:10:42

¿De?

03:10:43

¿Piel?

03:10:44

¿De piel?

03:10:46

No.

03:10:47

¿Dermatitis?

03:10:49

No.

03:10:50

Tiroides.

03:10:51

Sí tengo tiroides.

03:10:53

Pero piel no.

03:11:06

Espera profundamente.

03:11:07

Llego honor a ti. ¿Qué te hace sentir cuando ella gesticula así?

03:11:37

Mi sorprende como un teatro. ¿Y si estuviera interpretando algo?

03:11:46

¿Y qué siente el bisabuelo el vereso? No entiende nada. El bisabuelo está ahora mismo

03:12:02

mirando la pareja.

03:12:04

No, no, no.

03:12:06

Vamos a ver si es verdad.

03:12:07

No, no, no.

03:12:10

La visa bueno, mirar a la pareja.

03:12:12

Y pues sí.

03:12:15

Y tiene sentimientos como del ástima y comprensión.

03:12:22

Convención.

03:12:23

Vale.

03:12:27

Vale.

03:12:28

Quiero profundamente.

03:12:38

Y nada, y exana.

03:12:42

¿Qué siente la visa abuela?

03:12:47

Esto con el corazón muy acelerado y me dan ganas como de ir a brazar

03:12:51

para la persona está ahí, es clamando algo.

03:13:00

¿Vale?

03:13:01

Pues hacerlo se quiere.

03:13:03

¿Cómo se siente?

03:13:50

Vista.

03:13:51

Vista.

03:13:54

Pero esa soy yo.

03:13:56

No sé si yo soy esa o la de detrás.

03:14:00

Yo no sé ahora mismo quién soy.

03:14:02

Claro.

03:14:06

Es pirebra, fundamentalmente.

03:14:15

Y siente, ¿se abrazo?

03:14:28

Me da mucha paz.

03:14:43

¿Qué te hay las tres ahora, Zá?

03:14:47

¿Usted va a que las tres están ahora, Zá?

03:14:57

Mira profundamente.

03:15:05

¿A qué hija de tu abuela casaron?

03:15:07

¿A qué hija de tu vizavuela casaron por interés?

03:15:12

¿Ijaja? Ni vizavuela.

03:15:15

¿A qué hija de tu abuela?

03:15:15

Es para profundamente.

03:15:19

No lo sé.

03:15:21

Vale.

03:15:22

¿En por?

03:15:23

Sí que tuvo una, ¿es que hizo frenia?

03:15:31

otro el mayor yo creo que le casaron por interés un hombre creo no lo sé

03:15:36

pero durante mucho tiempo he visto yo a esa mujer mira la hora mira tu tía a

03:16:05

tu tía a tu tía vuela a tu tía vuela a tu tía vuela que tenía que

03:16:25

Sofreña, ahora está en tu corazón y le ahora te veo.

03:16:31

Ahora te veo.

03:16:33

A tu tío abuelo, lo que ha estado por interés.

03:16:38

Ahora te veo.

03:16:44

Y le le los he llevado a los 12 en mi corazón.

03:16:48

Eh, los he llevado a los 12 en mi corazón.

03:16:53

Además ellos dos se llaman como yo.

03:16:55

Luis, Luis, yo me llamo Luis, también.

03:16:58

Vale.

03:17:01

Vale, vale, vale.

03:17:03

Aquí lo vemos, ¿no?

03:17:10

llevó la pena, el dolor y la tristeza de la vista abuela por sus hijos y por eso entonces yo

03:17:21

no tengo hijos, parece, como se siente, una livio, digo como unos escalofrías,

03:17:48

durante mucho tiempo llevado esto y no he sido consciente, ahora lo veo,

03:17:56

y llegando esto y me ha sido conocido, te agarró.

03:18:00

Vale, creo que coloque es una foto, tiene foto de esos de ellos.

03:18:05

Sí, sí.

03:18:06

Vale, coloque foto en un lugar visible, si es tu casa.

03:18:11

Vale, un lugar visible, un portarrer trato especial para ellos.

03:18:15

Lo ponés a ellos dos y le hablas incluso a tu pareja si quieres, de ellos.

03:18:22

Si te pregunta, pues simplemente le hablas de digar, mira.

03:18:25

a veces yo sentíos a tristeza, a veces yo sentí que estoy como loca, a veces he sentido ese dolor,

03:18:32

mira profundamente, ahora quiero que imaginesa tu pareja del antedici,

03:18:47

le digas gracias por hacerme ver esto.

03:18:52

gracias por hacerme bien esto. Ahora tomo lo mío.

03:19:05

Y quiero que entre tú y yo quede, solo el amor que siento por ti.

03:19:11

Que es un dolor que siento.

03:19:30

Soy tu mujer y tú eres mi parema.

03:19:39

¿Cómo se siente?

03:19:42

Muchos ganas de llorar.

03:19:44

Vaya a respirar con la boca abierta y deja que fluya el amor.

03:20:05

Otra ramosa en la vizabuela,

03:20:21

la activa vuelo,

03:20:23

la activa vuelo,

03:20:26

la activa vuelo,

03:20:27

le damos las gracias.

03:20:30

Y se lo mostramos a nuestra pareja.

03:20:33

Le presentamos a la vizabuela,

03:20:35

le presentamos a la activa vuelo,

03:20:38

a mi pareja.

03:20:42

Dile,

03:20:44

este es el hombre que yo amo,

03:20:50

de su bendición.

03:20:53

¿Cómo se siente?

03:20:58

más tranquila, muy tranquila, muy tranquila, muy empaz.

03:21:12

Vamos de dejar aquí.

03:21:15

Muchísimas gracias.

03:21:17

Guimbo, no frase.

03:21:19

Guimbo, no frase para este trabajo.

03:21:29

Estoy con un poco bloqueada.

03:21:33

Una frase, pues me viene luz.

03:21:39

Los, vale.

03:21:41

Me viene luz y claridad.

03:21:48

tiramos profundamente y sonzamos. Muchísimas gracias a todos y a ti muchas gracias.

03:21:58

Ah, bien, mis misiones.

03:22:02

Vale, gracias otra vez, para que lo veas todo, para que lo veas.

03:25:38

Tiramos profundamente.

03:25:48

Una frase para lo que estaba enviando, tiramos profundamente.

03:25:59

lo que estamos viendo una frase, es hora de vivir, vale, genial, que más que te parece

03:26:28

o verlo así todo, Maliza. Muy impresionante, me ha parecido muy impresionante,

03:26:37

de verdad, muy impresionante y muy liberador, muy liberador. Gracias por tener trabajo

03:26:50

deja de fluir el amor nosana y se por allí alguno encuentro luz,

03:26:57

reconciliación, alguien más quiere decir algo como estamos,

03:27:08

alguien más quiere decir algo con paz en mi alma,

03:27:24

el vista vuelo a 20 y los he sentido avergonzado, vale,

03:27:29

fíjense cómo fluye, observa la energía ahora,

03:27:32

o que sirven si tienen fríos, si tienen calor,

03:27:35

que cuáles son sus sensaciones corporales.

03:27:39

Mujo un poquito los sombreros.

03:27:43

¿Cómo vamos aquí ahora?

03:27:46

Vamos a hacer una rondita cortita.

03:27:50

David, herramientas que estás teniendo ahora.

03:27:59

David, David está?

03:28:11

No.

03:28:30

Nelly, cómo vamos?

03:28:34

¿Cómo estás?

03:28:35

Muy bien.

03:28:36

muy bien, muy bien, nada más. Lo que he sentido en el, bueno tenía código cuando empezó todo y cuando después de que participé, se me fue,

03:28:48

pero con la constelación anterior y con este tenido como picete tipo calambre en los senos, no sé, es muy chistoso eso.

03:28:58

Pero estoy bien.

03:29:01

Gracias.

03:29:04

Alie más, alie más alguna sensación.

03:29:16

Marice, ¿tú cómo vas?

03:29:22

Muy bien.

03:29:24

Marice, el siempre la persona que está hoy conteniendo.

03:29:30

No, realmente, piate que te pregunto, te pregunto el inicio y todo lo demás.

03:29:34

Son normalmente la persona que se contiene más.

03:29:36

de cargar la energía y por eso te dejaba.

03:29:40

Cuéntame tú como más.

03:29:42

Si hoy día en ese momento te tocará conselar, ¿qué cocelar?

03:29:50

Me resono algo muy fuerte sobre amar sin control.

03:30:00

No perder el control o lo escribí aquí.

03:30:05

y amar sin controlar.

03:30:09

¿A amar sin controlar? ¿Y qué te dice esa frase a ti?

03:30:13

Pues, seguir dangan un poco más a ver de dónde venía esto.

03:30:18

Y lo que es científico es si se va el control, se va el orden.

03:30:26

Y que todo tiene que ser en orden y que todo tiene un orden.

03:30:31

entonces cuando trate de verdad donde podía venir eso sentía mi mamá cantáletándome de que todo

03:30:42

tiene orden y que hace las cosas en orden y que te apetece decirle y que te apetece decirle a mamá

03:31:01

ese momento. Que a veces está bien tener un poco de caos, porque también desde el caos se pueden

03:31:22

lograr las cosas, porque es un ejemplo más nuevas. El cao surge a la vida. Es acto, sí.

03:31:37

y el orden es muy restringido, muy limitante. Y de momento me harás de decirle que a veces

03:31:53

tantos limites no me han dejado hacer. Para quiero que le dejas a tu pareja, te quiero

03:32:12

poner esos limites, que mamá me impuesto a mí. Te quiero emponar esos limites, que mamá me

03:32:22

impuesto a mí. Como se siente? Pues me di cuenta que estaba con que vien

03:33:05

restringida, sí, apretada y que puede soltarlo, ¿no?

03:33:14

Vale. También pues me da pena que le haya puesto como que toda la carga que yo

03:33:21

tenía. Vale. Yo quiero que ahora, yo quiero que ahora aquí,

03:33:26

y ahora con tu cuerpo y todos los que estamos de aquí con su cuerpo sean el control.

03:33:34

Tú también, ¿vale? Y ve hacia donde te dirige el control. Sepa la levanta, te ve hacia

03:33:39

donde te dirige el control. Representa el control con tu cuerpo y todo lo que está presente

03:33:44

también. ¿A dónde les lleva? A dónde los dirige? Sigue en el movimiento de su cuerpo,

03:33:55

hacia donde los dirige. Muy fuerte hacia atrás.

03:34:05

vale sigue el movimiento y me quiere tomar vale sigue el movimiento llávelo hasta el final

03:34:14

movimiento si tienes auriculares se importa lleva y da usted el permiso para estar allí un momento

03:34:24

no te permiso observen de ser todo el permiso para dejar que se controlo llévere simplemente de ser

03:34:46

permiso, espere profundamente, simplemente dense el permiso que el control los

03:35:01

lleve, vense el permiso, siga el movimiento, siga el movimiento y dejen que el

03:36:03

control tome el mando y observen cómo es sentirse en él, observen cómo es sentirse en él, siga el

03:36:32

movimiento, hasta que el movimiento se da.

03:37:27

un poquito poco vuelvo al asiento, un poquito poco, vuelvo a mí, como se siente mal

03:37:53

y ser. Lo que me vino hay que el control estaba tan perdido, que solo quería tu bombarse

03:38:06

tirarse al piso, ahí no hace nada. Imaginante tu que el control es el que está

03:38:18

todo, se está hosing teniendo todo durante tanto tiempo. ¿Qué hago? Tamiento, ¿no? Así como

03:38:26

lo me siento. Vale, Dios. Vale, yo soy control. Así se siente. Vale, está en la plataforma

03:38:43

no. Sí. ¿Vuelve a entrar? Estoy aquí. ¿Vuelve a entrar? Recargado otra vez la página.

03:38:58

te quedaste corregado.

03:39:03

Marco, me voy a respirar profundamente.

03:39:22

Volventar, volvan a entrar, recarguen las páginas, genial ahora.

03:39:34

Sal de representar tú.

03:39:38

¿Cueces coger con tu figura o puedes coger otra?

03:39:41

Una figura para ti mismo.

03:39:42

¿Puedes coger una o salir tú con la que tienes?

03:39:46

Lo que tú quieras.

03:39:50

Tiene la libertad para poder elegir otra o puede salir tú.

03:39:56

una vez de representatí. Mira, es de representar más con el control.

03:40:12

O un recatering el control. Man, ¿alguien quiere ser representante? Man, cátering.

03:40:51

¿Se tu representante? Por favor, propundamente que pasa cuando llega a ese,

03:41:21

¿Avier se representante por favor?

03:41:26

O David mejor se representante.

03:41:29

David se representante por favor.

03:42:02

¿Cómo tu sientes allí?

03:42:08

¿Mari-Sé? ¿Cómo se controla allí?

03:42:16

Al principio me dio mucha ataque y cardia, pero ya no lo siento tanto.

03:42:41

¿Qué miras hacia allá?

03:42:52

En realidad no miras hacia nada.

03:42:57

Yo me siento perdida.

03:43:00

Vale.

03:43:01

Es pira profundamente.

03:43:13

Laura, ¿sabes representado por favor?

03:43:26

El luz.

03:43:29

Dime.

03:43:31

Creo que ya has sido hacia lo que estoy mirando.

03:43:35

Vale, hacia donde?

03:43:38

Ah, se me iníneo perdido.

03:43:48

ahora entonces quiero que le digas a la pareja no te veo a ti no te veo a ti me veo a mis niños

03:43:58

me veo a mis niños tengo miedo a que se repita secados tengo miedo a que se repita que

03:44:24

ese caos tengo miedo a que se repita ese caos un figura para esos niños por favor no o todos los que

03:45:54

que se han hecho los que necesites.

03:48:09

¿Ya te que tu pareja te miratino?

03:48:14

Sí.

03:48:32

Déjalo ir, simplemente.

03:48:57

Eso es, niños, se dicen, mamá, por favor.

03:49:30

¿Qué le dice la pareja a la cliente?

03:49:47

¿Qué le dice el representante de la pareja a la cliente?

03:50:01

¿Requeramos crujondamente?

03:50:07

¿Entendramos?

03:50:21

¿Penamos?

03:50:22

¿Qué se han hecho con tu pareja?

03:50:32

¿Qué está muy lejos?

03:50:46

¿Y qué pasa, sinta cerca tú?

03:50:53

No sé, no sé.

03:51:01

A gente ni ni.

03:51:03

¿Por qué fuera?

03:51:06

No sé.

03:51:08

Despide, te da.

03:51:29

Ya puede irte.

03:51:33

Dile, en mi corazón siempre estará.

03:51:36

En mi corazón siempre estarás.

03:51:47

Ahora quiero estar presente.

03:51:50

Ahora quiero estar presente.

03:51:52

En la vida para ser feliz.

03:51:56

En la vida para ser feliz.

03:51:58

y disfrutar a veces un poquito el caos.

03:52:05

Y disfrutar a veces también del caos.

03:52:09

En su memoria.

03:52:10

En tu memoria.

03:52:20

Como se siente.

03:52:29

Mejor.

03:52:40

Eso es como tu.

03:52:43

No, no.

03:52:56

En la tu pareja, tú no eres esos niños.

03:53:04

Dejó de ver como esos niños.

03:53:06

Dejó de ver como el pequeño.

03:53:10

Tú no eres esos niños.

03:53:25

y yo tu mujer. Tu eres un hombre y yo tu mujer.

03:53:33

¿Cómo se siente eso? Especer el contenido.

03:53:43

¿No? El filo puedo decir.

03:53:47

Especerle con tu voz interna lo que quieras decirlo.

03:54:14

¿Cómo se siente? ¿Qué?

03:54:36

¿Qué te das cuentas por esto?

03:54:54

que es número uno que sí, que todo ese asunto de esos niños fue un caos, cada uno fue un caos,

03:55:05

que no me había despedido de ese último y que muchas veces estaba viendo mi pareja como

03:55:18

niño y les quería poner las mismas reglas y las mismas contras que no pusieron a mí,

03:55:27

porque supuestamente entre comida, pues así como se debe hacer las cosas.

03:55:37

Lo bonito que ahora tú tienes tu hogar y tú decides junto con tu pareja cómo vivir,

03:55:42

ver cómo tenerlo.

03:55:51

Se que mudarse es un caos a veces.

03:56:00

Recuerda que todavía está viviendo el duelo de la mudanza.

03:56:07

Se consciente de eso y sobre todo se amorosa contigo.

03:56:14

Date el permiso de construir desde este lugar.

03:56:19

Date el permiso de renovarte aquí ahora.

03:56:25

Sin miedo.

03:56:28

Hace lo diferente.

03:56:37

Hace lo diferente.

03:56:39

como reciente vais a ir a un pasito más, en una frase, un pasito más, en una frase

03:59:43

usando un pasito más, o la frase que me vino. La frase que te viene. Me vino que

03:59:51

hacerlo diferente aún cuando haya caos está bien.

04:00:09

importante, ¿no? Ahora tienes un gran sueño, una gran meta y lo más importante que aquí

04:00:15

ahora es realizar esta gran meta en memoria de esos pequeñitos. Ese gran sueño y ese gran

04:00:28

meta. ¿Cuál es? Cuéntalo. ¿Dudas sueño lo que quieres lograr con tu auto fuerza?

04:00:41

Yo quiero finalmente hacer mi trabajo terapéutico.

04:00:51

Ya me te atreves, me hace luego, está a irme de la norma o de lo que quizás se me

04:01:01

la haya puesto, ¿no?

04:01:04

el control.

04:01:10

Se me incase yo mucho, porque yo estuve en ingeniería, porque tengo que ser ingeniero

04:01:15

y todo lo que no sea en ingeniería, pues el heloco.

04:01:19

Ya hicimos dos.

04:01:21

Sí, lo sé, por eso te lo digo.

04:01:25

Y pues así que todo lo que no te ciencia, hay muy, muy, muy así por pasitos.

04:01:32

gente loco, un alegría en todo momento, sin miedo, como en tus cejas, abriéndote paso,

04:02:46

la vida está aferando por ti, un de siempre aquí ahora, como está su niña

04:02:59

pequeñita en ti. dice que lleva mucho tiempo triste, de más

04:03:14

No, no, no, no, no. ¿Sabes por qué no?

04:03:30

Bueno, yo creo que me viene, es porque no hago lo que el alma quiere.

04:03:41

Ella quiere hacer otra cosa.

04:03:46

No, porque el dolor por los pequeños es grande.

04:03:53

Sí, es realidad, pero el alma grande que ninguno se quiso quedar.

04:04:07

Ah, no, ¿Sabes por qué?

04:04:13

Para que te compromete las todavía más y si harás más.

04:04:17

es algo más grande, yo no tuve hijo marizal.

04:04:23

Yo no sé.

04:04:26

Servimos algo más grande en honor.

04:04:40

Yo me escudo todo aceptar eso.

04:04:46

Eso es lo que me admitas costando, aceptarlo.

04:04:54

No puedo entender acá, pero aceptarlo aquí en el cuerpo todavía.

04:05:03

Solamente así vamos a avanzar.

04:05:18

Solamente así podemos honrar su memoria.

04:05:21

Si nos quedamos, nos honramos su memoria.

04:05:23

Por el contrario tenemos mayor compromiso ya no es solamente por nosotros, ahora también es por ellos.

04:05:33

Espíramos profundamente cuando tiempo llevas llorando ya.

04:05:49

La más si algo.

04:05:50

Más.

04:06:01

Ahora toca el siguiente paso.

04:06:07

Mamá, por favor.

04:06:16

Mamá, por favor.

04:06:19

¿Cómo se siente?

04:06:20

Es decir, mamá, por favor.

04:06:33

Es bien fuerte.

04:06:40

Eso es lo que ellos te dicen.

04:06:41

No es más por favor, orútil es el que está al servicio de algo más grande.

04:09:14

Aquí hemos hablado toda la noche del amor, cuál es el amor útil, es que sirve algo

04:09:27

más grande.

04:09:34

El rendimos a ese amor.

04:09:55

El rende a ese amor, el sirve a ese honor, aunque cueste.

04:10:21

Onro la vida y lo que viene más atrás, la vida es más grande que yo.

04:10:28

Y esto tiene un propósito.

04:10:32

Y el día que descubro el propósito,

04:10:40

va a dar cuenta de que lo que tenía la vida preparado por mí era mucho más grande, todavía.

04:10:53

Cuando pienso, yo perdí tres veces de enrique.

04:10:59

Y cuando pienso, todo lo que ha venido después de eso,

04:11:07

el compromiso de estar aquí trabajando, aquí son casi las dos de la mañana,

04:11:11

se trabaja en el de servir a otro, el de dar a otros, es mucho más grande, el ver la vida de los

04:11:19

otros es mucho más grande y todo a partir de esas historias solamente queda rendirse,

04:11:34

ella es más sabia que nosotros todavía tiene mucho mis perros gracias, maricel por traerme esto hoy

04:11:53

Gracias a ustedes.

04:12:01

Vendís una vida, onra la vida y mira a tu pareja.

04:12:12

Cuéntale de tu dolor.

04:12:17

Dile que necesitas que te abraza,

04:12:23

que necesitas el medio de este caos,

04:12:29

de sentimientos y emociones.

04:12:32

Ahora qué pasa?

04:12:34

Es un culpabilizado en nada,

04:12:36

simplemente estando ahí, siendo vulnerable,

04:12:41

sin llevar el control.

04:12:42

simplemente reinete, no ver qué pasa. ¿Qué te lleva a un parísal?

04:13:06

Me lleva mucho, no puedo ponerle una sola cosa. Así que fue gratitud, gratitud por acompañarme.

04:13:25

Yo me he debo amor por eso más grande, amor por todo lo que está al igual como es, aunque no lo teníamos.

04:13:42

eso me lleva yo, me lleva yo, un amor por lo que es,

04:14:04

un amor va a diferentes maneras, a veces cuando lo podemos ver

04:14:15

el amor de la pareja lo importante que es y lo que está allí

04:14:21

y a veces no lo vemos, es vendir muy a trevernos a ser vulnerables

04:14:27

y no tenemos que sostener nada, simplemente dejar que corra y ser

04:14:32

la vida. Está teniendo que me llevo hoy. Gracias chicos, chica. A sentir a la vida como es

04:14:44

llamar mal. ¿Qué más que se lleva hoy? Malice, Nelly, que nos llevamos hoy, a ver,

04:14:53

todos ahora sí, que nos llevamos. Yo me llevo la frase de servir a algo más grande con

04:15:15

honor y con mucho respeto y amor. Marta es de Silvia, que me llevó mucha creatitud y en

04:15:29

en medio respeto por la vida, vale.

04:15:32

Había, yo perteza y no perspectivamos ampliar la vida, vale.

04:15:40

María, la mariza, la vida, sesa.

04:15:45

Reconciliación con la vida, agradecerle porque ya ve todo,

04:15:51

además, tiene más amplia la mirada que nuestra corta visión

04:15:58

con los dos ojos cilples del cuerpo, ve como desde más arriba y todo siento que una vez que

04:16:06

uno lo ve acá, este todo es perfecto realmente, una agradecimiento enorme por ser y estar aquí y ahora

04:16:16

gracias a todos de todo corazón. Además que se lleva, somos bendecidos. La vida que te llevas

04:16:33

Javier, bueno, ya Javier dijo, yo de verdad estoy muy agradecida, bueno primero

04:16:41

porque todos me han traído cosas como siempre el trabajo en

04:16:46

sistémicas, siempre trae cosas de tu propia historia y o es a mí me

04:16:50

trajo mucha cosa, mi propia historia que se me lo parece interesante

04:16:55

verlo desde otro lugar. Entonces agradecida profundamente a lo que

04:17:01

fíjeme en mí a lo que están, a lo que constantemente me ven en diferentes roles, ¿no?

04:17:08

A veces los roles me suendo y enseñando cosas a veces el rol terapéutico, ¿no? Entonces,

04:17:13

¿qué nos llevamos hoy? ¿Le habéis por cierto que te dije que era que te llevabas? 71, 44,

04:17:22

82, no sé quién es, sé, es para que te llevas.

04:17:27

Yo me llevo más aprendizaje, gratitud y gracias a mis personas que también nos ayudan

04:17:35

a comprender más y no son mis sus casos.

04:17:45

Esa menudo madrugón.

04:17:48

Sí, ha visto.

04:17:51

No sé si me termen la Gamayab.

04:17:53

Aquí son dos de la mañana ojo, casi un 48.

04:17:56

y ocho. Bueno, una pasa nada. Yo me llevo el darme cuenta de los similares que tenemos nuestras vidas,

04:18:06

¿no? Total. Lo que se parece en dos días de las otras. Y para eso nos reunimos eso es,

04:18:13

a veces cuando nos vemos el otro justamente eso, lo que vemos nuestra propiedad, sigue

04:18:18

sensiblemente en el rústice. No, no, simplemente quería decir eso, a veces nos

04:18:24

no se siente un poco especial, pero luego cuesta la descueltad de de ese vacío todos.

04:18:32

El iGuet te lleva. Gracias, esa.

04:18:37

Gratitud es de troque todas las constanaciones que hicimos en el día de hoy.

04:18:44

Bueno, aquí sistema bien.

04:18:45

Todas coinciden en algo y me llevo mucha energía y a moriver como tan fuerte es el amor

04:18:50

que además de tantas narraciones sigue predominando.

04:18:54

no, gracias. Mucho aprendizaje también de libertad, gracias. Alí más, simplemente. Hay

04:19:16

una y quiero después más buena canción que me gusta mucho, que tiene que ver con mi propio

04:19:21

periodo de formación y bueno, yo es una metáfora de esa canción y todo lo demás, cuando me

04:19:29

informé incoscelaciones, nosotros le enseñamos a hacer como un cierre, no?

04:19:35

Y había que hacer algo metafórico y yo trabajé con metafórica y artístico y me

04:19:39

me gusta mucho la canción, se las voy a dejar, porque me gusta la piegita ya, pero me gusta mucho.

04:19:53

¡Spercucha!

04:20:23

una relación de pareja imposible

04:20:26

a ver a una vez más, saber que se pueda, que ver que se pueda quitarse los nietos,

04:20:37

sacarlos afuera, pintarse la cara con los esperanzas,

04:20:44

tentar al futuro, tentar...

04:21:05

Yo sé que lo que dice la canción y escúchenla con atención.

04:21:11

Es mejor arriesgarse, intentar dejar de hacerlo justamente eso,

04:21:17

sacarse todos los miedos y realmente amar y ser vulnerable.

04:21:23

¿Qué es el poder que pueda pasar? Que duela, pero es que igual duela.

04:21:27

Si no me abro y me mantengo allí guardado igual duela.

04:21:32

Entonces, dejo que fruya y simplemente amo.

04:22:05

Bueno eso, así que día es como se llama expresar a todos, es sacárselo, miedo

04:22:55

tirarlos afuera y simplemente amar. Lo por que puede pasar es que bueno, alguien no esté dispuesto

04:23:03

recibir el sabor, pero si alguien no está dispuesto recibir el sabor era que simplemente esa nueva o esa

04:23:09

nueva y a seguir. Premo un compromiso con la vida que es mucho más grande, ¿saben cuál es el compromiso que

04:23:18

tenemos el amor de donde venimos? Y ese amor no se puede contener, tengamos hijos o no, ese amor no se

04:23:25

de contener esa muerte, tiene que seguirse expandiendo.

04:23:28

Entonces, mi gran aprendizaje de hoy, de ver,

04:23:31

el luego les pasa de todo como un PDF de todo,

04:23:35

las cosas de la metodología, los pasos y todo esto,

04:23:38

te lo pasará el lunes, ¿vale?

04:23:39

Porque mañana tengo un clase todo el día

04:23:41

y no me ha, ya no sé, no tengo el listo,

04:23:43

pero tengo que hacer una cosita suavella de algo

04:23:46

que vimos hoy.

04:23:48

Entonces, se los pasó el lunes,

04:23:50

un PDF bastante exceso, donde no va a tener bastante

04:23:53

de contenido acerca de la metodología, acerca de los pasos, acerca de como una

04:23:57

habitacora un poquito de los casos que hicimos y de lo que concluyo de cada uno de los casos.

04:24:04

Como tareitas también para cada uno de los casos, para los consultantes que siempre

04:24:09

bueno, cuando nosotros estamos haciendo dar como anclaje a las personas,

04:24:13

dieron algunos le dije una foto, otros le dije cuál es tu gran proyecto,

04:24:17

y empezar a hacer un proyecto cada un desde su lugar, soltando control. Yo creo que el gran aprendizaje de aquí es

04:24:26

a traversar el ser vulnerable, a traversar sentir, a traversar amar y ver cómo estamos implicados a historias, como llevamos

04:24:37

ese dolor y la idea es conectar con esa emoción, como te la peuta si nos los conectamos con esa emoción. Entramos en la emoción, la sacamos y la

04:24:47

tenemos aquí arriba, la reconocemos, es mucho lo que se puede hacer, lo digo por experiencia propia.

04:24:54

Así que del corazón, muchísimas gracias. Nos vemos los que veo dentro de un rato,

04:25:01

nos vemos dentro de un rato, este mañana tengo todo el día clase, así que es para nada.

04:25:06

Nos vemos un abrazo muy grande y hasta la próxima esta ocha, un besito a todos, gracias por estar.

04:25:13

Gracias, de nuestra mañana.

04:25:14

Gracias.

04:25:15

El lunes, pero tener este video que es más largo, entonces lo dividiré en pequeñas

04:25:19

partes, vale?

04:25:21

¡Cachau!

04:25:22

Gracias.

04:25:23

Gracias a todos, nos vemos.

04:25:25

Ah, gracias por estar.

04:25:27

Gracias a todos de todo corazón.

04:25:30

¡E igual!