

Transcripción

Clases Adicionales: actitud sistémica y proyecto vida

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

00:00:00

Ahora sí, mal. Yo sé que quiero hablar un poco acerca de los mandatos que nosotros

00:00:06

realizamos o cumplimos dentro del sistema familiar. Ya recerso, son mandatos, nos anclan.

00:00:13

Lo que le voy a hablar no es para que nos quedemos atascados en ellos, no es para que digamos,

00:00:17

ah, ya ahora puedo saber de dónde viene y ahora claro cómo yo voy a salir adelante.

00:00:22

no, esa no es la actitud sistémica, la actitud sistémica es reconocer en qué situación nosotros

00:00:29

estábamos de dónde venimos para una vez consciente de eso decir, vale, gracias, sé que de

00:00:36

yvengo soy consciente de que aquí yo vengo y ahora entonces activo mi mala consciencia, digo, vale,

00:00:45

ahora lo voy a hacer a mi manera, ese tiene que ser la actitud de todo, de toda persona que le

00:00:51

que gusta trabajar con la sistema. La sistema no es para quedar mi,

00:00:56

quedarme dando vueltas en la historia de que que mal, como es posible que

00:01:00

esto me haya pasado, claro, y ahora entiendo no, esa no es.

00:01:04

Una persona que tiene certitud no tiene una actitud sistémica.

00:01:07

La actitud sistémica me lleva a colocarme con perspectiva de la situación,

00:01:11

a mirar con respeto, a decir gracias a tomar lo que puedo tomar de eso.

00:01:16

Aunque sea algo negativo, algo que realmente no,

00:01:21

no me gusta el todo porque al final no me gusta el todo por ejemplo vamos a sumar que tenemos

00:01:28

una familia o una data familiar donde los pobres son los pobres son los que van al cielo o los ricos

00:01:36

no van al cielo entonces imagínense entonces vale eso a lo mejor no me va a gustar pero qué puedo

00:01:43

yo sacar de eso entonces busco lo positivo de esa situación cuál es lo positivo de esa situación bueno

00:01:49

que es probable que tenga que organizar mi establecer una estrategia efectiva para

00:01:58

este poder lograr el dinero que yo deseo, por ejemplo, o puede ser, depende de lo que

00:02:06

quiera lograr, por supuesto, puede ser, oye mira, no tengo que comerme todo el

00:02:11

plato porque claro, sino, imagínate algún momento, no tendré, no, es ser consciente de que mira

00:02:18

yo vivo ahora una época donde puedo comer la cantidad que necesite para alimentar

00:02:23

mi no comer mi exceso, por ejemplo, ¿no? Entonces, ¿qué depositivo puedo sacar de cada

00:02:28

una de las malas experiencias de mi sistema? De todo lo negativo que vivió mi sistema,

00:02:33

¿qué es lo mejor que puedo sacar? Entonces, cuando yo me enfoco en eso y me atrevo a decir,

00:02:39

¿vale? Pues para así, así le funcionó a ellos, así fue para ellos, por ejemplo, si mi familia

00:02:46

han sido todos campesinos, somos que han sido de campesinos, entonces decimos

00:02:52

vale para ellos está bien haber sido campesino, yo honro de verdad ese trabajo

00:02:58

porque allí vengo yo, pero a partir de ahora yo puedo elegir ser diferente, yo

00:03:05

puedo elegir decir bueno ahora yo quiero ser empresaria, ahora yo quiero ser

00:03:09

modista, ahora yo quiero ser otra cosa, entonces es mi actitud, entonces el reconocer no nos

00:03:14

ayuda a que ahorrar principalmente, no a quedarnos en la historia,

00:03:19

de dar no le vueltas para justificarnos, porque eso de alguna manera es el niño que quiere

00:03:25

quedarse allí, el niño que no quiero resolver, el que dice, yo estoy tan apegado a esto que quiero,

00:03:31

entonces simplemente que puedo decir que las personas están muy bien con tu buena conciencia,

00:03:36

es perfecto que te quedes allí, pero ya saben la consecuencia que vas a tener, mira,

00:03:43

que ya tenés espeno. Entonces, la historia de nuestros ancestros es poderosísima y

00:03:48

es maravillosa porque de ellos podemos sacar todas las bendiciones de nuestra vida, pero

00:03:54

también ojo todas las maldiciones cuando decimos quedarnos allí, quedarnos no a repetir

00:04:00

la historia. Entonces, que valores, por ejemplo, un valor del trabajo, a genial, el valor

00:04:05

de trabajo es diferente al valor del sacrificio, ¿no? Deu que sacrificar, ¿no? Por lograr

00:04:10

eso que yo quería lograr. Entonces definir muy claro que es lo que hay en el sistema.

00:04:18

Entonces un poquito, eso es lo que vamos a trabajar, está esperando que llegaran las

00:04:22

demás para que no llegaran y digeran, luz, por favor, la píjipa pela la mano o el ordenador,

00:04:32

si quieren, pueden escribir en el ordenador, pueden escribir en el en.

00:04:39

van a respirar profundamente, van a centrarse en el aquí y en la hora, ellos dinan, pero

00:04:53

lo usamos en la hora de espera, eso tiene que ver con despeda porque, un yo de los

00:04:57

contratos, familiares que nosotros tenemos, son los que nos aculizan, vivir hacia adelante

00:05:06

y ir hacia adelante, entonces hay contratos o cultos en el sistema de los cuales yo no se

00:05:11

en concían. Entonces, un poco en lo que vamos a explorar, qué contrato, qué mandato.

00:05:16

Todo el sistema familiar nos, nosotros ocupamos, empezamos a ocupar un lugar dentro de

00:05:22

ese sistema familiar. El importante, ¿qué es lo que yo me tengo que dar cuenta cuando

00:05:27

en luces de la familiares? ¿Qué lugares estoy ocupando? ¿Y quién soy yo para ese sistema?

00:05:35

Es muy fácil, muchas veces saberlo. Una de las cosas es buscar nuestro nombre, que

00:05:40

que está diciendo nuestro nombre, que significa cuál es el significado nuestro nombre,

00:05:44

salvador, mari-exiliadora, o sea, entonces el papel que mandaba dentro del sistema,

00:05:51

hay nombres que van incluidos dentro de otro margarita, que por ejemplo lleva el rita

00:05:56

incluido, entonces, ¿quién está o la vida de quién estoy viviendo? Ya de por sí, pero

00:06:02

el nombre ya nos da muchísimo información.

00:06:05

A parte de esto es los pensamientos, por ejemplo, si la primera es la familia, entonces

00:06:15

cuál es el papel del primero de la familia, soy la última de las hermanas, cuál es el papel

00:06:20

dentro de ese sistema.

00:06:21

O mi mamá no han tenido pareja, entonces, y soy el mayor en usted asumiendo el papel de pareja

00:06:27

de mamá, ¿no?

00:06:28

Entonces, observar qué papel me está dando ya directamente al sistema.

00:06:32

y luego pues nada empezar a ocupar el lugar que me corresponde. Entonces vamos a hacer un pequeño

00:06:37

ejercicio y ya supongo que tienen la písipa pel o este siempre es mucho más efectivo hacerlo con la

00:06:44

písipa pel, no? Entonces iniciamos, respiramos profundamente, son simplemente las preguntas que

00:06:53

van a ir respondiendo. Vale, primero que nada, tomo conciencia a mi respiración de cómo se

00:07:06

sentado de cómo estoy, de respondo, mi familia era estricta, desorganizada o flexible.

00:07:18

¿Cómo era mi familia? Y escribo, en una frase sencilla no muy complicada, mi familia era

00:07:25

desorganizada, era flexible o era estricta. ¿Qué personas de tu mismo sexo te ponían como

00:07:48

ejemplo que personas de tu mismo sexo te ponían como ejemplo que características

00:08:12

resaltaban en esa persona que características tenía esa persona que te ponían como ejemplo

00:08:24

como modelo y si no te ponían ningún modelo no te ponían en ninguna persona como ejemplo

00:08:37

porque crees que fue así, en caso de que no haya habido ninguna persona.

00:08:54

Esfiro profundamente, uservo mis sensaciones corporales,

00:09:13

¿qué es lo que se criticaban tu familia? ¿Qué personas o comportamientos se ofrecían

00:09:50

como ejemplos negativos en persona de tu sexo? ¿De acuerdo? ¿De qué va a apuntar solamente

00:09:57

la respuesta? ¿Albídense de apuntar las preguntas? ¿No? Porque se le hace perder tiempo. ¿Qué

00:10:07

como ejemplos negativos en personas de tu sexo, que personas se ofrecían como ejemplos

00:10:20

negativos de personas de tu sexo o de tu género. Existió una beja negra en tu familia,

00:10:53

quien era esa persona y qué hizo para ser llamado a beja negra. ¿Qué criticaba tu madre

00:11:44

de tu padre? ¿Qué criticaba tu padre de tu madre? ¿Qué principios crees que han constituido

00:12:47

tu contrato familiar y individual, es decir,

00:12:53

o aligeran las normas que se aplicaban de modo estricto.

00:13:29

El piramón profundamente,

00:13:34

vamos aquí en la hora,

00:13:40

y ahora quiero que lean,

00:13:42

que como lo están apuntando las preguntas,

00:13:44

todos sin las preguntas.

00:13:48

Si le apuntaron, pues,

00:13:49

le quedó poco tiempo.

00:13:51

que lean ustedes todo el texto,

00:13:58

completos sin las preguntas.

00:14:06

Resalten o marquen cualquier frase que le llame la atención.

00:14:16

Solo una frase que le llame la atención.

00:14:21

Respiren profundamente mientras lo leen.

00:14:41

Y ahora me gustaría, voy a preguntar a personas individualmente,

00:14:45

lo voy a llamar por su nábolo porque si no,

00:14:47

aurora, que frase te llamó la atención si estaba desde el principio.

00:14:53

es, de buenos días, luz, buenos días, pues cuando preguntaste sobre la persona del mismo sexo,

00:15:04

la que me ponían como ejemplo, en realidad nunca fue una persona gemenina, siempre fue un hermano

00:15:10

mayor. Vale, pero que frase te llamarás atención? Es que hay no lo entiendo, como desde todo lo que

00:15:25

escribí? Sí. Vale, vale. Una vez más a preguntar. Tu hermano mayor, ¿qué era lo que

00:15:32

te decían del turmano mayor? Que era muy inteligente. Eso fue algo que siempre me

00:15:41

me reestregaron. Porque inclusive en lo escolar yo siempre era un segundo lugar y él era

00:15:46

primero que yo. Gracias, gracias.

00:16:00

Gracias, los buenos días, buenas días, buenas tardes.

00:16:05

Me llamó la atención, no frase y fue que mi mamá le criticaba mi papá entre otras

00:16:12

cosas que no tuvieron trabajo estarle. El siempre trabajo independiente. De hecho me

00:16:27

producía mucha tristeza. ¿Qué te produjo tristeza?

00:16:33

Estú que mi mamá le criticaba mi papá, quien nos tuvieron trabajo estable, porque para

00:16:39

mi familia siempre fue muy importante el tema del dinero y...

00:16:49

Péspera profundamente, no le hago resmarro, no le des guay. Gracias.

00:16:58

Sandra, Carcía, alo, buen día. Mi papá era un poco rebelde, la norma no era lo de él,

00:17:12

tenía el pelo largo y estudiaba. Vale, pero tu palada la oveja negra. Pues oveja negra como tal,

00:17:22

pero las normas... Vale, cuál fue la frase que más te llamó la atención. Pues eso fue lo que yo escribí,

00:17:30

¿No?

00:17:30

¿Gosa?

00:17:32

Digamos estudiar en otro colegio.

00:17:35

¿Y por allá va?

00:17:36

¿Esudir al en otro colegio que era una serie de preguntas?

00:17:40

Entonces, ¿a qué pregunta respondos?

00:17:43

A lo de la beja negra en tu familia.

00:17:46

¿Fue lo que?

00:17:47

¿Quién es la beja negra en tu familia?

00:17:50

Mi papá.

00:17:53

Pero pues la beja negra lo que yo entiendo es que se sale como el as norma.

00:17:59

¿No? Sí, gracias. De nada.

00:18:11

¿Forribe? Bueno, día está a todas.

00:18:17

En mi llamada atención, el que a nosotros no, como mujer, no nos dejamos

00:18:23

hacer pantalón, teníamos estar en silencio, siempre calladas en la mesa y servir

00:18:27

a los hombres de la casa.

00:18:48

Gracias. María Álvarez. Hola. La verdad que a mí me llamó la atención, la pregunta, ¿qué es lo

00:19:15

que te criticaba tu familia? Porque la verdad que en el respuerdo que me haya criticado

00:19:24

a un cuarturero. No te haya no te ha criticado nada porque creje de no te ha criticado nada.

00:19:34

Hoy día pienso que no me critican nada porque estoy en una posición muy controladora de la

00:19:53

familia. ¿Cómo controladora de la familia? ¿Cómo la controló? Creo que hoy día puede decir la controlada.

00:20:10

como la controlo. Tejas lo así. Marta Cecilia. Bueno, tías. Bueno, tías. La frase que más me llamó la

00:20:30

atención, es respecto a la pregunta que criticaba mi madre de mi padre y es que le era muy borrachín,

00:20:39

tomaba mucho, era marginal y creo que ella le tenía un poco de miedo. Alguien más, sí, a ver,

00:20:58

una más a ver decir, yo linda, buenos días luz, yo entre tarde que pena no vale vale vale vale vale

00:21:17

respiramos profundamente y usaremos nuestros sentimientos en que momento de mi vida es

00:21:27

repetido eso que me llama la atención en que momento de mi vida ha sido lo de janegra con papá

00:21:34

en que momento me reclamado mi misma o a los demás que no tenía un trabajo estable

00:21:42

cuando le he dicho a los demás que son más inteligentes que yo o este le digo a los demás

00:21:55

que son muy controladores, o le tengo demasiado miedo, poco de miedo, porque las personas que

00:22:14

toman. Yo quiero profundamente cómo eso como me llamó a la atención de allí es un recurso para mi

00:22:30

proyecto de vida. ¿Cómo eso se ha convertido en un recurso para mi proyecto de vida? ¿Tiempo

00:22:47

para escribir? ¿Cómo eso se ha convertido en algo positivo para mi proyecto de vida? ¿Cómo puedo

00:23:14

reencuadrarlo para mi proyecto de vida y saco de positivo de esto que le he ido, de ese

00:23:23

contrato individual que he recibido.

00:23:40

Firo profundamente.

00:23:58

Nada y exala.

00:24:38

Ahorora.

00:24:44

Sí, los cuentan.

00:24:48

Bueno, aquí me siento como atorada.

00:24:52

En el momento de mi vida, no me he sido una dejanera, pues creo que fue ya en la dar adulta.

00:24:58

No, no, no, no. Tú me estoy diciendo a mí que lo que más se llama ahora es que ya

00:25:01

que tu hermano te comprobamos con tu hermano que era más inteligente.

00:25:05

Sí.

00:25:06

Vale.

00:25:07

Entonces te sientes comaturada con respecto a eso.

00:25:09

No encuentras ningún recurso positivo.

00:25:14

No, pues sí.

00:25:16

Prepararme en cuál es.

00:25:19

Prepararme.

00:25:21

Pero es que yo no quiero competir.

00:25:25

Es que a mí no me interesa competir con él.

00:25:30

Él es el yo soy yo.

00:25:38

No sé si sea la respuesta.

00:25:41

está correcta, pero es lo que me viene o sea yo no, no quiero competir. Yo soy hoy,

00:25:48

hoy me acepto con mis recursos, con mis capacidades.

00:25:56

¿Cuál es tu mayor problema en general? Tu mayor problema en ese momento, lo primero

00:26:01

que te llega a la vez. Organizarme. Pero claro, no soy tan inteligente. Otro problema.

00:26:26

La pareja es que la mejor no es problema, pero es lo único que siento así fuera de ahí no trabajo, esto es

00:26:39

de mi trabajo, mi relación con el síntesis está bien.

00:26:42

Con mi pareja, pero no soy tan inteligente.

00:26:47

Bueno, no tengo pareja.

00:26:49

No, no soy tan inteligente y yo no quiero competir.

00:27:01

Gracias.

00:27:03

Espera, todavía no te vayas.

00:27:05

¿Qué otro problema tiene?

00:27:12

Sobre peso.

00:27:14

¿Qué pudiera verlo como un problema eso?

00:27:17

De salud.

00:27:18

Vale, interesante.

00:27:21

Por todos los que conyeron.

00:27:23

Vale, genial.

00:27:25

Y una pregunta, entonces, ¿en sobre peso?

00:27:31

Cuando yo me hago más grandigan, no, peso, ¿qué voy perdiendo?

00:27:34

no lo sé. Es otra cosa la salud, ¿no?

00:27:54

Pues sí.

00:27:56

Mal.

00:28:05

Etras veces sobrepeso hay una mujer y fuera del sobrepeso hay un hombre.

00:28:14

Yo puedo elegir.

00:28:16

¿O soy la mujer o soy el hombre?

00:28:25

Mijo le puse, yo veis tantos años haciendo las dos cosas, haciendo hombre mujer en casa.

00:28:36

Pero claro, no lo ha terminado a servir porque no soy la inteligen de con mi hermano.

00:28:46

¿Qué te parece?

00:28:50

Duro, así de tipos de inteligencia, o al estu tipo de inteligencia.

00:29:07

Minteligencia es una inteligencia relacionada.

00:29:10

Yo por ejemplo no tengo la inteligencia que es muy...

00:29:15

A veces queremos que la memoria es inteligencia no es memoria, no es inteligencia.

00:29:23

Hay una inteligencia que es este ecológica, hay una inteligencia que es este...

00:29:33

intersocial que es relacionarse con los demás, ¿cuál es su tipo de inteligencia?

00:29:43

Esa es que yo creo que yo me he toro porque a la mejor te contestaría en base a los que los demás dicen.

00:29:49

Ya, ya, ya, yo sé lo que hacen las personas no te inteligen.

00:29:58

Bueno, no tienen un problema.

00:30:01

Esperan que los demás digan al de si me.

00:30:04

Yo me veo cualidades, pero no las veo como inteligencia.

00:30:11

Suel bueno en mi ministrando, suel bueno en mi trabajo.

00:30:16

Ya, pero qué buena y qué malo, ¿no?

00:30:22

Usarba lo que dices, esa atención.

00:30:32

¿Vale su tipo de inteligencia?

00:30:42

No sabré ponerlo un hombre.

00:30:48

Ahora mismo me duele la cabeza.

00:30:51

Claro, estoy rompiendo creencias y tocando creencias que duele.

00:30:57

que sucede que cuando hemos escuchado algo durante mucho tiempo ya ni si que

00:31:03

a lo escuchamos internamente ya ahora lo empezamos a vivir y el empezar a vivir

00:31:08

ya ese mandato familiar es vivir a medias en nuestra vida es o vede ser al que si

00:31:18

hay un inteligente que es el otro, cuéntame una cosa tú, si hay un inteligente que es el otro

00:31:26

Inecto. Inecto. Terría a inecto que majes. Incapaz. Inecto. Incapaz que más siempre he

00:31:35

saturado. Entonces ya no tienen necesidad de decirte lo, ya lo vives, lo vives con tu

00:31:47

actitud. Cuando yo digo no sé algo, pues si una vez en el momento no lo sé, pero puedo preparar

00:31:53

para saber. ¿vale? A lo mejor, otras personas lo prenden muy rápido, a lo mejor que lo aprendo

00:31:58

más lento, ¿eh? ¿Equí es lo que sea? Y si es que me interesa aprenderlo ojo, ¿no? También.

00:32:04

Entonces, observo cómo estoy viviendo este patrón familiar, y esto es lo complejo de ese

00:32:13

malañar ese patrón, que no lo reconozco, no me hago consciente del no. Yo, es que él es

00:32:20

yo, yo soy yo, no, claro, ya ahora empecé a vivir así. Ya, es que tengo el salmenito,

00:32:26

ya me lo colvado y hoy día de resurrección señores. Entonces día de

00:32:33

resurrección es empezar a conectar con ese verdadero yo,

00:32:39

empezar a conectar con mi propio mandato que soy yo.

00:32:46

Sí, sí lo va a ser que es término más, este psicológico y no quería meterme en

00:32:54

eso, pero también es importante también ojo porque yo conozco los siete tipos

00:32:59

inteligencia, pero lo pasa que no se los nombro a ellas porque es como meter mi

00:33:06

mis peces en la pese de la nombre así, más o menos por insímita algunos sin nombre y nada para que

00:33:11

ella soce, pero no voy directamente a nombrarse para que salga de sus propias palabras,

00:33:16

es más poderoso así. Entonces, cuando yo busco que inteligencia

00:33:22

de tener, por ejemplo, la relación es muy bien cosas.

00:33:26

Yo sé, bueno, es un tipo de inteligencia.

00:33:28

No es el tipo de inteligencia que los demás es mi proquete tipo de inteligencia.

00:33:34

Pero cómo estoy viviendo?

00:33:35

Yo eso como me quedo a todas las cosas.

00:33:37

¿Cómo?

00:33:38

¿Cuántas veces me digo que no puedo?

00:33:40

Ya sea, no puedo tener pareja.

00:33:42

Ya sea, no puedo organizarme.

00:33:45

Ya sea, no puedo adelasar.

00:33:48

¿Cuántas cosas?

00:33:49

estoy siendo o mostrando ineptitud.

00:33:54

Entonces, ¿qué pequeñitos pasos puedo dar para empezar en esas cosas chiquititas nada más?

00:34:00

A hacerme más alta, hacerme más preparada para eso, más inteligente en eso.

00:34:11

A preguntar luz, disculpa, esto, no.

00:34:16

Ahora, entonces, ¿cómo te sientes aquí ahora?

00:34:19

y bien, bien, bien, sí, respira profundamente y dile a papá rompe la hoja que hiciste,

00:34:43

rompe la imaginante papá delante, a papá de la hoja, dile a papá a partir de hoy rompo

00:34:50

este contrato.

00:34:56

A partir de hoy rompo este contrato.

00:35:01

A partir de hoy rompo este contrato.

00:35:04

No, no es la verdad, exactamente.

00:35:08

Rompelo más y dile con tu voz interna lo que quieras decir la papa.

00:35:15

Sí.

00:35:17

Sigue rompiendo.

00:35:28

Mientras que lo va rompiendo, la vas haciendo cosas a papa.

00:35:32

Sí.

00:35:38

¿Cómo te sientes?

00:35:41

Bien.

00:35:43

¿Qué contrato es que llevo una frase al contrato que quieras hacer a partir de ahora?

00:35:52

Escuchar más bien necesidades, ubicarlas y escucharlas, atenderlas.

00:35:59

y el interior que al cual es lo

00:36:05

mal y que lugar quieres recuperar ahora en tu familia una vez que has roto contra todo

00:36:13

el anécdito y de todo eso que muero contrato quieres asumir ahora en tu familia

00:36:19

en mi familia con mis padres si en tu familia con tus padres

00:36:32

pues le dije al que me corresponde ya ya no eso es muy sistémico yo quiero saber hoy

00:36:45

Con esto que acabamos de ver, hasta ahora si hemos dicho en este momento el papel que ha sumido desde la ineta a partir de hoy que papel asumo

00:36:59

capaz

00:37:00

no no no mujer capaz

00:37:02

no no no no

00:37:04

¿cómo?

00:37:05

una mujer capaz de realizar cambios

00:37:09

una mujer capaz de realizar cambios, no me sirve

00:37:15

me quedó con una mujer capaz, en lugar de una mujer capaz de realizar cambios

00:37:20

porque una mujer capaz de realizar cambio es intento. No, no, no, no solamente de eso, una mujer capaz de

00:37:29

realizar cambios es, vale, es si conecta durante toda la vida si está bien, es si conecta, bueno,

00:37:36

yo puedo cambiar eso. Quiero que cambias nada. Quiero que sea una mujer capaz, vale, capaz de,

00:37:48

me lo dijiste por ahí hace un ratón capaz de cambiar esa imagen que tengo de mí, aunque

00:37:57

que me hicieron, no, que te hicieron, te ponemos pequeñita todavía. No es mujer capaz

00:38:12

de que será. Es que no sé, luz estoy atorada ahí.

00:38:23

Otra vez, ya me no me lo vas a comencer, no me vas a comencer de que eres esa, como fue

00:38:31

que dijiste ignorante, eso no, a mí no me vas a comencer de eso. Así que conmigo no juegas

00:38:37

eso, porque no me lo quiero.

00:38:44

es que no sé cuál es la palabra que pasa de abirme paso de salir adelante.

00:38:51

Capas de abirme paso, capaz de salir adelante, ¿qué más?

00:38:54

Sí.

00:38:55

¿Qué está el mundo?

00:38:56

Capas de conquistar el mundo, ¿qué más?

00:39:05

Capas de inteligente.

00:39:07

Capas de inteligente, ¿vale?

00:39:15

Tú sabes que hay una frase que yo soy un medio de mi vida.

00:39:18

Vale, que me gusta mucho.

00:39:22

Yo no soy gran cosa, pero soy todo lo que tengo.

00:39:30

entonces yo creo que reconocer quiénes son, cuando nos conocemos lo suficiente, yo no tengo que demostrar nada.

00:39:39

Yo no tengo que demostrar ni de utilizaciones, yo no tengo que demostrar que sea, no tengo que demostrar nada, no tengo que demostrar ni de ligés, simplemente tengo que ser.

00:39:48

cuando yo he soltado todas las expectativas que todas las etiquetas que me han puesto y que me ponen

00:39:53

constantemente las género que te ponen públicamente las etiquetas sobre la maestra, la costeladora,

00:40:02

la X, X, X, X, la gente se vuelve de apuniendo etiquetas porque es una manera de llamarte, no importa

00:40:10

como los demás que llaman, porque más importa es cómo te llares a ti misma y cómo te llares

00:40:16

con tu vida, ¿no? Porque a veces creemos que nos llamamos de una manera pero vivimos de otra.

00:40:21

Entonces al final no estamos llamando como vivimos, ¿no? Entonces ¿cómo quieres llamarte?

00:40:29

Entonces a partir de hoy, empiezo a llamarme X. A partir de hoy empiezo a llamarme de tal manera.

00:40:39

A partir de hoy, yo soy tal cosa, aprovechando la energía de hoy. Enargía de hoy, este, enargiar la

00:40:47

reacción, no? Te levantarse. En Nuevo. Y seguid. Vale. Gracias, Aurora,

00:40:54

disculpa, la. Y no gracias, Lucia, el contrario. Vale. Vale, Florian. Que recursos

00:41:06

sacases de no usar cuantalón servirá los hombres de la casa y estar callada?

00:41:15

Bueno, encontré que los recursos es que me he ayudado para estudiar, para leer, para

00:41:21

conectar nuestras cosas y desde que me casi uso pantalones.

00:41:29

Esa te va a verte, genial.

00:41:32

Bien, genial.

00:41:34

Bien, gracias.

00:41:36

Bien, no lo sabía, he visto esta lista que había utilizado sus recursos.

00:41:40

Gracias.

00:41:41

Que alo.

00:41:42

Es un recurso.

00:41:43

Tadas, cuando lo descubrete, me dan fuerza.

00:41:45

Sí.

00:41:46

Sí.

00:41:48

Gracias.

00:41:51

Gracias.

00:41:51

Vale.

00:41:56

Marta, ¿qué ha sacado el dispositivo de esa crítica de mamá, papá?

00:42:03

Mira que para mi vida, pienso que logrado superar muchas circunstancias que se me han presentado.

00:42:12

pero sí siento que no hubiera parte positiva para mi proyecto.

00:42:18

Creo que me quedé un poquito como con ese miedo que mi madre le tenía de pronto a mi padre.

00:42:28

Y te quedaste por ese miedo que tu madre le tenía a tu padre y eso fue lo que nos

00:42:33

más te ha desigués, fielmente el mandato familia.

00:42:37

creo que pues no lo tomé tan digamos que aprendido como a superarlo un poco porque si estaba prácticamente

00:42:49

repitiéndolo, arpide la letra y a partir de todo esto que estamos haciendo siento que ya no

00:42:57

está grande ese miedo, pienso que ha bajado un poco. Y que pasa si le digo mi mamá, mamá, este

00:43:10

esto mandato y yo he sido sumer mi propio mandato en el sistema que en lugar de

00:43:20

gustaría ocupar en tu sistema, que en lugar de gustaría, por ejemplo, puedo ser un

00:43:28

borrachín de la vida, puedo ser una morrachina de que disfruta la vida, que disfruta

00:43:33

su profesión, que se la pasa, que se bebe al mundo, que se bebe su profesión y que toda

00:43:41

la competencia teme cuando yo llego por ejemplo, yo siempre que se ha aprendido russ de hecho con el

00:43:50

trabajo que estoy haciendo ahora de la fotografía que no, pero no, pero escúchame, dime si eso no te

00:43:57

no te resuelo, yo puedo hacer una borracha de la felicidad, borracha de la vida, borracha del disfrute,

00:44:04

Sí, sí, sí, es una buena.

00:44:09

Ya ya.

00:44:11

Las cuendas como nosotros no logramos encuadrar las cosas porque...

00:44:21

Vale, eso existió que de bueno voy a sacar de eso.

00:44:25

Que de bueno voy a sacar de esta situación, de que bueno, de que mi mamá que te cará esto,

00:44:33

o pues nada que ahora yo también suena borracha y borracha de disfrute borracha de la vida,

00:44:38

borracha de mi profesión, toda mi competencia me tiene miedo a cada vez que llevo.

00:44:45

Si observamos cómo reincuadramos las cosas porque no se trata de negar eso que sucedió,

00:44:50

si eso sucedió, ahora como lo vivo yo, como lo vivo yo, si yo ven una familia de campesinos

00:44:58

pues simplemente yo siento la semillita en cada uno de mis estudiantes hoy día y pues

00:45:04

simplemente la semillita del conocimiento, la semilledita de la confianza en sí mismo,

00:45:08

la semillita de la sabiduría para que pueda esa semilla de como se me arretoñar,

00:45:15

esa raíz, y después el día de mañana pueda dar un buen fruto, ¿no? Entonces, al final,

00:45:21

estoy renegando de que mi familia y la ciudad de agricultores no, simplemente estoy honrando

00:45:27

ese trabajo con mi propio trabajo, otro tipo de agricultura que estoy haciendo ahora.

00:45:32

entonces no es el agricultura humana, se es embrandose millitas en tierra en la tierra ferte humana.

00:45:38

Entonces fíjense como nosotros podemos reencuadrar la situación y no vivirlo como drama.

00:45:44

Yo siempre digo una cosa y que para mí es básico, tenemos que desdramatizar la historia familiar

00:45:52

porque la historia familiar ya tiene la drama de por sí, ya tiene trago más, ya tienen brollo,

00:45:56

y yo hablo que todo lo que salga conmigo, sean la raravis de todos los costaladores,

00:46:04

que no vayan con el drama a cuesta, que tengo que sufrir, que claro es que tengo honra,

00:46:11

papá, ella más bajana, vale, como no honra, pues mira, papá, yo también si borracha,

00:46:16

a su borracho de la vida. Vale. Vale, este me comparaban con, con alguien inteligente,

00:46:30

pues este señor, tengo inteligencia financiera porque esto no vi en mi finanza, tengo inteligencia

00:46:39

estratégica porque su capa de prevenificar bien una estratégica y seguirla. Entonces eso y

00:46:47

pues sí, pues se inecta muchas veces en que, muchas veces soy inecta en que no creo que no

00:46:55

valorar su sueño, por ejemplo, sí, no, soy inecta en ser infeliz, por ejemplo, entonces fíjense

00:47:04

que no es necesario que vaya a lo externamente positivo, al principio puedo aceptar soy inecta

00:47:10

en qué no sé cómo ser infeliz. Soy inecta en qué no sé cómo no trabajan en lo que yo quiero

00:47:17

o que se ve esto, ¿no? Si usando ese lenguaje, si usando como potencia para qué me sirve eso.

00:47:25

Claro, así soy inecta. Inecta en qué no sé cómo no ser feliz, inecta de que no sé cómo no ganar

00:47:34

de muerto y mero, este no sé cómo no ser feliz en pareja, no sé cómo no disfrutar

00:47:44

la vida, ahora sí, marcer.

00:47:55

Gracias, Luz.

00:47:57

No, ya.

00:47:59

Ya su Luz y a Nina aquí, me embloyó muy a mi.

00:48:04

Vale, ¿qué les parece este ejercicio, chicas?

00:48:06

genial, muy interesante. Entonces de

00:48:12

ser amatico la historia familiar, el drama me

00:48:16

lleva a ser el nito, a quedar la historia,

00:48:19

ya mi familia, todo mi sistema, todo mi

00:48:23

clan, vivió suficiente drama. Hay unos dramas

00:48:26

también lo he vivido yo en primera persona,

00:48:28

algunos dramas personales, como no sé

00:48:31

divorcios, separaciones, este ser

00:48:34

inmigrándolo, o sea hay muchos dramas

00:48:35

personales que vivimos. Ahora, esos dramas son mínimos, ¿no? Con para el pón el disfrute que hay.

00:48:41

Entonces, ¿cómo experimento yo la ví? ¿Esperejamento del drama? ¿De qué sigo? ¿De qué no puedo? ¿De qué no?

00:48:52

¿Sales que me dijeron? ¿Me dejaron de decir mi papá, si a esto, mi mamá, si aquello?

00:48:57

es es la retórica del coserador. Entonces ahora hermano y positas ya no hace falta eso ahora

00:49:05

este recurso vale eso pasó como hacemos para integrarlo, admitiéndolo, simplemente admitiéndolo,

00:49:12

pues simplemente yo personalmente la verdad que yo soy la vea a mi familia y me encanta, me lo

00:49:19

disfruto, me gusta muchísimo, se lo vea a negra de mi familia, esa mañana cuando estaba pensando

00:49:25

que les va a dar hoy, o sea, pensando en una tía que yo tengo, que es la OVGN de la familia, no se

00:49:31

preguntaba, no me da vuelta, porque esta tía es lo vez que de hecho me parece como su a ella,

00:49:37

este, es muchas cosas, ¿no? Entonces, ¿qué es esta tía? Esta tía es la OVGN de la

00:49:44

la familia, ¿qué es lo que tiene? Primero, le da igual, este expresa y dice lo que siente cuando

00:49:52

quiere y como quiere, primera característica. Segundo, disfruta su sexualidad con quien cuando le da la

00:49:59

gana. No hay límites de que no pueda ser tal cosa porque necesito un hombre en su vida o que

00:50:07

no logra tal cosa cuando esta un hombre en su vida le da igual. Lo hace. Entonces esa tía me gusta,

00:50:19

esa tía, yo también soy una beja negra porque disfruto mi trabajo, porque hago lo que me gusta,

00:50:24

porque me apasiona porque tengo mis locuras de cosas, lasiones, locuras de siempre, me gusta

00:50:30

la acción, me gusta laología, me gusta la energía, me gusta la meditación, me gusta todo.

00:50:35

Entonces, eso también es una locura de mi familia, porque normalmente tiene que gustar

00:50:39

las cosas limitadas.

00:50:41

Entonces, viva eso.

00:50:44

Quiere decir que está mal como yo no vivía, no es maravilloso como lo ellos vivieron, como

00:50:49

siguieron, se dijeron muchas cosas en mi sí que llorar a lo que a la familia,

00:50:55

vivo mi locura con alegría, con satisfacción, voy metiendo locura cada vez en

00:51:00

mis formaciones, voy metiendo, viva mi locura, no reniego de ella,

00:51:06

ocupa mi lugar, si ese lugar que me quise el onda de mis familia genial, que saco yo de

00:51:12

provecho, mi trabajo, soy irreverente, mi trabajo, este, soy bastante clética con lo

00:51:17

que hago. Entonces eso me sirve. Todo ese lugar que yo he venido ocupando en mi familia tiene

00:51:25

una utilidad para un colectivo y ese es mi trabajo buscar la utilidad para ese colectivo con

00:51:35

eso que me ha dicho la familia, con ese lugar que me han dicho, aquí está su pajarita, está

00:51:39

el lugar. Entonces, ese lugar que me dijeron es el lugar que yo apporto a la

00:51:49

humanidad. Entonces, me dijeron que era poco inteligente, que no era tan

00:51:55

inteligente como. Entonces, yo puedo ayudar a esas mujeres que sienten que no son

00:52:01

capaces, que sienten que son ignorantes, que sienten que no pueden, que se quedan,

00:52:07

como se llama, que se queda atoradas. Entonces yo puedo usar el lenguaje porque para algo

00:52:18

ha servido, yo utilizo el lenguaje eso que me ha limitado, ese etiqúete, ese contrato familiar,

00:52:26

ahora mi proyecto se basa en ese contrato en lo mismo. Yo voy a ayudar a esas personas que han tenido

00:52:33

este contrato familiar y lo han tenido y lo han traído a la verdad la familia yo voy a ayudar a

00:52:40

esas personas que tienen un contrato familiar porque yo sé que es estar allí. Entonces eso es parte

00:52:47

de mi historia y lo nombro y lo digo porque tiene una actualidad. Ustedes creen que esto que yo hago

00:52:57

que si por reciba que si despegas que no, lo irreverente que soy con las cosas laciones y todo esto. Ustedes

00:53:04

la loca de la cestémica, sí, y lo disfruto al máximo y lo digo abiertamente. Yo

00:53:12

utilizo mis colores en marcas son negro y el rojo. El negro y el, bueno, si como una

00:53:16

raja tirando el rojo, ¿no? Entonces aquí se lo ocurre claro si los colores de la

00:53:22

mujer son tan bonitos, rosaditos, bolelitas, marronsito, debes escuadros, porque hay

00:53:27

una paleta de colores, ¿no? Pero realmente, los colores en marcas son eso. Eso es una

00:53:33

por así es de allí vengos y la persona que tengo un poquito loca seguro que son

00:53:39

antámiques y escribimos en mi cumple, entonces justamente eso, ¿no?

00:53:44

¿Cómo utilizo este contrato ahora para mi proyecto? ¿vale? ¿Cómo utilizo exactamente eso?

00:53:54

que me dijeron este lugar. La vida no da untada sin hilos y nuestra familia

00:54:02

respira muy profundamente y nada vamos, exhalamos, una persona que me pueda decir cómo aporta o cómo

00:54:17

utilizar en la historia que ofrezca sus clientes, ese contrato que viene de sus sistemas, no solo a

00:54:43

de hecho lo yo utilizo mucho, no mucho, yo utilizo en algunas ocasiones cuando veo

00:54:50

que la historia de mis clientes se está mi historia, utilizo ejemplo que, pero a mí me

00:55:00

interesa algo, a mí me interesa algo más, ¿cómo vas a ayudar a las mujeres o a los hombres o

00:55:06

como a ayudar a un colectivo a vivir sin un trabajo estable.

00:55:10

Es el que me interesa, en tu caso.

00:55:13

Esa es la historia que alguien utilices.

00:55:16

¿Cómo podemos utilizar esa historia para los demás?

00:55:22

Durum.

00:55:24

Me pueden esa pensar.

00:55:27

Es que ahí, mira, cuando...

00:55:29

Imagínate, tú, cuando tú hablas de verdad, de verdad,

00:55:32

de verdad, de corazón, cuando tú hablas de desayudas,

00:55:36

desde ese dolor lo que te dolió dentro del sistema,

00:55:39

lo que te dolió en ese lugar que tuvo ocupado, lo que te logró de lo que

00:55:42

criticó lo que se criticó, lo que no estaba permitido. Cuando tú hablas de

00:55:46

eso, dolor, tú sabes de que estás hablando. Puedes descontarla al otro, yo sé

00:55:52

cómo te sientes, tú de que las personas se digan, de que no, este vas a vivir, vas a

00:55:57

poder vivir, este o ganarte la vida, si no tiene un trabajo estable, que va a ser un hípig,

00:56:00

va a ser equilóquea que se haya dicho, ¿no? No es todo hablando de una persona así.

00:56:07

aquí más atraerán esas personas que tienen ese problema, pero eso tengo que sacar de sus

00:56:15

pitades o que está allí guardado y decir ahora esto es mi mayor tesora porque lo estoy creyendo,

00:56:25

lo estoy viviendo y muchas cuantas decisiones no tomo porque estoy ahí porque no se puede dejar

00:56:30

de un trabajo estable, porque se tiene que vivir estable, porque se tiene cuantas veces esto es así,

00:56:36

¿Cuánto riesgo de evitar sumir por eso?

00:56:40

¿No? ¿Por qué? ¿Qué no puedo? ¿Por qué? ¿Qué no tengo trabajo estable? ¿Por qué?

00:56:43

¿O es que no puedo dejar esto? ¿Por qué? ¿Cuántas son de ahí?

00:56:47

¿Mieros? ¿Déjate el miedo? Exactamente.

00:56:50

¿No? ¿Quién es si? ¿Vaya a su trabajo mañana ojo?

00:56:53

Este... Pero no, no, no, siempre entiendo.

00:56:56

¿Es tu lleno esa historia para tus clientes desde un nuevo lugar?

00:57:02

de un nuevo recurso, comparte tu historia personal desde otro lugar, porque eso tiene una utilidad,

00:57:09

eso tiene un significado, eso va a ayudar a muchas personas, porque esa creencia es

00:57:16

perciosa para la raiga. Pues si es peleado con ella, un año, con

00:57:23

con quien? Con esa creencia, no sea como que digamos que he estado por salir y me he

00:57:32

trabajado porque cuando realmente no es mi principal fuente de dinero, pero o sea lo voy

00:57:42

a dejar y siento que estoy cayendo en el vacío pues, lo voy a ir en la mitad de la calle terrible.

00:57:50

Vale, vale. Pues entonces cómo hago para utilizar eso como recurso.

00:57:55

Ok.

00:57:55

O hago para mirar a primero mirar a mi trabajo de manera diferente, a ese trabajo que tengo de manera diferente, que mi trabajo...

00:58:03

Me está portando también muchas cosas y quizás no lo estoy reconociendo.

00:58:08

Entonces, cómo hago para darle una José de tuerca a esa sensación de que este...

00:58:17

si no tengo un trabajo estable, no voy a sobrevivir.

00:58:23

¿Cómo puedo?

00:58:24

¿Cómo puedo utilizar eso como recurso para ayudar a mis clientes?

00:58:28

Fíjate, ¿tú puedes tener casos de pareja también que bojan a estabilidad?

00:58:32

¿Pero qué montón de cosas detrás?

00:58:35

Sí, todos los pacientes que han estabilidad.

00:58:39

estabilidad, ¿no? Bueno, yo le puedo ir diciendo mi paciente que buscar esta habilidad,

00:58:44

le puedo decir, libremente, muerte. La única estabilidad es la muerte, la línea fija,

00:58:53

esa es la única estabilidad. Reesto la vida es toco.

00:58:57

Ok, gracias.

00:59:00

Bueno, genial. Chicas que se llevan de ese encuentro hoy, ahora tenemos hostelaciones, cuando

00:59:06

que se llevan de ese encuentro de esto que hacemos hoy. Hola.

00:59:13

Bueno, Daniel, yo soy todo lo que tengo. Gracias.

00:59:18

Mal, genial. Alguien más.

00:59:21

Es una mirada más amplia, no tan lineal.

00:59:25

Mal, genial. Alguien más.

00:59:29

Me disfrutaste la hoja amiga de la familia.

00:59:32

Me disfrutaste la hoja amiga de la familia, genial.

00:59:35

¿Qué más?

00:59:40

Yo me llego con ella.

00:59:42

Y ahora ¿eh?

00:59:43

A adelante, tranquilo.

00:59:45

Gracias.

00:59:46

Pues yo me llevo que, inicialmente cuando entramos aquí,

00:59:52

cuando entre con ustedes, yo decía de finía mi trabajo,

00:59:58

como la ayudar a otras mujeres a salir de donde estaban

01:00:02

la torada, a impulsarlas, a creer en toda su grandeza.

01:00:05

Y siempre he forzado mucha esa parte y ahorita el verlo y el escuchar

01:00:11

que puedo, ahora sí que sacarse, provecho o que eso es lo que yo tengo para dar esa experiencia.

01:00:18

¿Me está en una historia?

01:00:20

¿Pues en una historia?

01:00:22

Sí.

01:00:23

¿Me está en una historia?

01:00:24

Bueno, yo crecí a las pezas de que, bueno, mi hermana la inteligente y no sé, claro,

01:00:30

sí, y además, me da como anécdotas.

01:00:32

Mi hermana la inteligente, quién es el que queda aquí, eso yo.

01:00:35

¿Sí?

01:00:38

Sí, pero me queda de que, pues no estaba tan...

01:00:42

equivocada con la idea que yo tenía de lo que podía ofrecer o lo que puedo ofrecer y ahora

01:00:48

me lo refuerza. Te agradezco mucho. Gracias a ti. Cuando nosotros acallamos nuestro ruido mental y

01:00:56

escuchamos a nuestra alma, vamos a dar una cuenta que nuestra alma siempre estaba lleguertando,

01:01:02

pero de repente pasaba algo y cuando ya estamos a punto fue, no se viajamos. Y nuestra alma

01:01:11

otra vez nos devíamos y así en paso a la mayoría de nuestra vida.

01:01:15

La idea es que voy a escuchar.

01:01:22

Te emocionamos con ella.

01:01:23

Gracias.

01:01:25

Además, yo me llevo y que nada es tan negron y nada es tan blanco.

01:01:34

Bien, ni al bravo.

01:01:35

Y nada es tan negron y nada es tan blanco.

01:01:37

Gracias.

01:01:38

¿No?

01:01:39

Sí.

01:01:40

Vale, eso es un momento de reflexión.

01:01:42

Yo le pudiera decir a ustedes, a dar este ejercicio y vean lo en casa, ¿no?

01:01:48

¿Pero qué pasa cuando somos este ejercicio en casa?

01:01:50

Cuando hacemos este ejercicio que lo pensamos mucho.

01:01:54

Entonces así, como lo hacemos aquí, directo, que pasa que sale lo del momento, sale que

01:02:00

no puedo pensar porque por un lado, los conozco a casi todos, porque por un lado estoy

01:02:05

tratando de escribir las preguntas para después hacerse la

01:02:08

mejillante y por otro lado también entonces quiero responderla

01:02:11

entonces no me da tiempo a pensar y entonces sale lo que es.

01:02:15

Si yo lo hago aparte entonces estoy ahí imaginando y viendo

01:02:20

porque queda más o menos bonito y no estoy en elante centrado

01:02:24

lo que es. Esta es la idea, vale.

01:02:27

Gracias.

01:02:29

Toda más respiro de la opción profunda, no centramos en el

01:02:32

aquí de la hora, espero que hayan disfrutado el ejercicio,

01:02:34

la decisión muy mover y yo sé que muchos se pueden haber quedado muy muy

01:02:40

moviditos por este ejercicio pero bueno la idea es eso no tomar conciencia y

01:02:45

ver eso más datos familiares que suele ser duros difíciles, todos tenemos porque

01:02:54

hacemos dentro de una familia, bueno bienvenido a costelas en familiares, vamos aquí,

01:03:02

voy a ir abriendo la plataforma, alguna pregunta de costelaciones, alguna duda, pregunta que tengan.

01:03:17

Voy aquí. Si luz, buenos días, en la relación jerárquica entre no era y suegra,

01:03:28

yo no logré entender si es una relación de igualmente entre cuñados lo entiendo pero entre

01:03:37

Pero en una relación de igual entre en quién, a ver, para quién, para la hierna.

01:03:45

Sí, yo soy la nuera.

01:03:46

¿Cuál es la suera?

01:03:47

¿Cómo siga exactamente el orden?

01:03:50

¿Cómo dice el orden del amor del orden?

01:03:57

El que está primero tiene precedencia.

01:03:58

Entonces, ¿cómo lo aplica?

01:04:01

La suegra estaría jerárquicamente el primer orden.

01:04:06

Claro, entonces ¿qué pasa? Si yo tengo mi pareja, mi pareja tiene su mamá, su mamá siempre

01:04:12

estará primero que yo. Ojo, ojo con esto. Está primero que yo dentro de su sistema, pero

01:04:19

en mi casa, en mi historia, yo tengo un hogar, tenemos un núcleo y somos mi pareja y mis hijos.

01:04:27

cualquier otra persona está es parte del clan de mi marido allá afuera pero mi hogar

01:04:36

ojo que son mis normas ahora es diferente si yo vivo con mi suegra si yo vivo con mi suegra

01:04:43

yo soy el último mono en casa mi suegra pero en mi casa en mi casa yo soy tengo una jerarquía de mi hogar

01:04:53

pero ojo, yo miro con respeto, esa suera, fuera de la casa, es la madre de mi pareja,

01:05:02

la miro con respeto, con agradecimiento, es la posible abuela de mis hijos, eso está genial.

01:05:07

Pero en mi casa, la familia que tiene casa, que vive en su propio hogar, tiene su propia norma,

01:05:13

su propia reglas y allí la pareja está en igual lugar y los hijos están en lugar superior.

01:05:19

que pasa que muchas veces me llevo a mi a mi mamá a vivir conmigo y si mi mamá

01:05:24

vi ver conmigo, me divina que pasa allí las jerarquías a otras pasas porque mi mamá

01:05:29

empieza a ocupar el lugar de la señora de la casa o yo piso ocupar pareja de mi mamá

01:05:36

o mi pareja mi mamá empieza a ocupar una pareja en lugar con la pareja de con mi pareja

01:05:45

Vale, entonces yo me puedo morir papel de niño.

01:05:49

Perfecto. Buenísimo gracias.

01:05:51

Tenía alguna otra pregunta.

01:05:56

¿Alguna otra pregunta? Comentario.

01:06:00

Vale, vamos a entrar.

01:06:01

Yo un comentario luz que estoy en algunos de los módulos del curso.

01:06:08

Me llama la atención.

01:06:10

Un digamos que yo asumí papel de

01:06:14

el mi familia de ser como la mamá de todo, ¿no?

01:06:21

una más grande y claro esa es abrocito ese es el

01:06:27

celular. Sí, yo soy la mayor y al comentario que hace es que el sistema castiga

01:06:37

es como esa prepotencia. También me ha tomado tiempo e ocupar mi lugar y creo que

01:06:45

y cada vez que yo me voy a mover como que lo pienso, pero wow, digo yo de pequeñita,

01:06:57

yo nunca fui pequeña, siempre fui grande, porque crecieron una familia arcoólica, etcétera, etcétera, y wow,

01:07:06

o sea no, tuve como la oportunidad de no hacerlo, lo que siento. Entonces digamos como tomarle de una

01:07:19

manera positiva, no lo veo, de que se me haya indilcado ese papel porque yo no lo decidí,

01:07:29

seguramente la huida o de más lo decidí. Me llamó la atención, eso que dice. Vale, cuando

01:07:36

cundo nosotros, vale, si hemos una manera de reencuadrarnos, bueno,

01:07:40

tuve que crecer antes que tienen, pues entonces soy un alma vieja.

01:07:43

En lugar de tener, por ejemplo, empezamos a tener nivel de más o menos

01:07:48

una conciencia así de adulto, vamos a ponerlo,

01:07:52

por exigenando a los 18 años que ha sentido, pero bueno,

01:07:55

a los 18 años, pues no, mira, yo llevo ya 18 años más de experiencia

01:08:00

que muchas personas, ¿no?

01:08:01

Entonces, en lugar de decir, tengo 20 años de experiencia, como psicóloga, puedo decir,

01:08:07

puedo tener 40 años como psicóloga, por ejemplo.

01:08:11

Ok.

01:08:11

Entonces, es tomar lo positivo de esta situación, porque bueno, normalmente cuando nacemos

01:08:15

en un hogar muy difusional, cuando hay adicciones, pues obviamente el niño se ve la necesidad

01:08:21

de que tiene que crecer, pues si no va a morir.

01:08:23

Sí, claro.

01:08:24

Entonces, obviamente eso es una necesidad, y una necesidad de que escogió tu alma por algo.

01:08:28

entonces necesitaba tener toda esa experiencia para ayudar a más personas a lo largo del tiempo.

01:08:35

Es una forma necesitaba eso, en una manera de reincuadra.

01:08:39

Ojo, pero el sistema castiga mucho, está alguna soberbia, en este caso, tienes una alistas,

01:08:47

un hogar de funcional y que por su ponuevencia tienes que hacerlo, no queda otra.

01:08:50

Es un organizador de vivir desde muy convencita.

01:08:53

a tu bici que me ha durado antes de tiempo y bueno y a veces cuando puedes

01:08:57

darte el permiso a ser niña me cuesta mucho me cuesta mucho pero ya sí estoy

01:09:03

logrando lo con tus ejercicios del muñeca, la muñeca, mi muñeca, mi niña,

01:09:09

es mala genial, me alegra, vale, bueno vamos a estar en una plataforma chicas,

01:09:25

vamos a estar en una plataforma, vamos a estar en una plataforma todos,

01:09:37

voy a compartir pantalla, bueno les cuento hay una, vamos a quitar esto aquí, vamos a

01:10:03

le voy a enseñar algo que enrique un puesto nuevo, no sé si ya lo he visto en la plataforma,

01:10:09

vale, no sé, bueno, no sé si había un error y no sé si lo he corregido, bueno, la cosa es la

01:10:16

siguiente, ahora las figuritas tenemos las figuritas, sumamos esta figurita y estas figuritas

01:10:24

pueden tener una figura ahora aquí en la, lo ponen arriba y ustedes pueden directamente

01:10:30

aumentar la figura, aumenta la tamaño, pueden disminuirla, supone más pequeñita todavía,

01:10:39

pueden darlo otra vez y se va a disminuir todavía más, entonces pueden agrandarla,

01:10:46

esto por qué es, porque hay gente que dice que se siente más grande que, me siento más grande

01:10:52

que la otra vale, entonces esto me presento más gran. Si quieres otra vez bajarla, ponerla

01:10:58

machiquitita, entonces le doy una vez disminuir, se queda alta, maño normal y luego otra vez

01:11:03

esta maño disminuir para que se ponga más pequeñita, vale? Para que sepa, entonces esto es

01:11:07

una cara crítica que tiene nueva, sobre todo cuando el cliente dice me siento más grande que,

01:11:13

entonces le decimos que bueno que le ponga más gran, pero que usted sepa. Recuerden también

01:11:18

que tienen un montón de movimiento que a veces no veo que lo hacen con la rueda del rato

01:11:22

pueden ponerle diferentes movimientos cuando están trabajando, que no es necesariamente nada más

01:11:28

caminar, tienen más movimientos que pueden expresar, por si acaso. Gracias, entonces aquí

01:11:36

esto le damos salir, porque no era nadie, esto era yo, le damos salir mal, respiramos profundamente,

01:11:43

nos centramos en el aquí y el ahora. La despasada estudiamos viendo las preguntas, ¿no?

01:11:54

Le preguntas hacer en cada caso, ¿no? Que recordamos que bien cuatro tipos se preguntas,

01:11:59

hay preguntas de contexto, preguntas ya directamente de sentimiento, preguntas de solución, preguntas

01:12:07

milagros. Entonces, cuando nosotros estamos haciendo, vamos a trabajar en un tema, pues simplemente

01:12:14

es importante que le digamos a esa persona, es diferente tipo de preguntas.

01:12:19

O sea, un poquito yo voy a practicarles un poquito hoy y luego después vamos a hacer un ejercicio con eso.

01:12:26

¿Qué persona le gustaría trabajar? No es, no voy a decir, es una cosa de la acción, una configuración.

01:12:33

¿Qué persona le gustaría hacer una configuración en algo que tiene en ese momento?

01:12:37

Lo puedes escribir por el SATD en la plataforma. ¿Qué le gustaría trabajar en especial?

01:12:46

y el ejercicio que en el son anteriormente a lo que se la ha

01:13:03

movido.

01:13:23

Bueno, bueno, nada de que aquí la trabaja.

01:13:25

Los a mi me muy bien.

01:13:29

Bueno, bien.

01:13:30

A mi me gustaría trabajar que las bendiciones económicas vienen por

01:13:35

otro lado, no por mí.

01:13:37

Quisiera saber que yo quisiera saber que las bendiciones económicas

01:13:42

llegarán a través de mí.

01:13:45

Vale, trabajos.

01:13:47

No.

01:13:49

Entonces como las bendiciones económicas,

01:13:51

vamos a llevar a trabajar,

01:13:52

siempre trabaja, pero siempre se pierde el trabajo.

01:13:57

Ya, a ver, vamos a empezar.

01:14:00

Primero, volvemos otra vez a replantiar esto.

01:14:04

En ese momento trabajas?

01:14:06

No.

01:14:07

Cuando fue la última vez que trabajaste?

01:14:10

Hace un año.

01:14:11

Vale, entonces hace un año venía la familia bendiciones económicas también por ti,

01:14:16

¿no? Porque podías aportar algo, ¿no?

01:14:18

sí, vale, entonces no es que siempre, es así, escucha bien que cuando nosotros decimos siempre

01:14:28

estamos generalizando y es como que si nunca hubiera pasado eso, entonces que nosotros tenemos

01:14:34

que evitar ese siempre o ese nunca porque cuando decimos ese siempre o ese nunca estamos ante una

01:14:43

catástrofe, dramatizamos la situación.

01:14:46

En este momento yo no estoy aportando económicamente a mi hogar.

01:14:52

En este momento, la última vez que lo hice fue hace un año, pero si yo digo, es que

01:14:59

siempre no puedo aportar a las mediciones familiares o a la

01:15:05

la bendición económica, entonces ¿qué pasa?

01:15:08

Que ya allí yo no estoy directamente...

01:15:14

estoy dramatizando la situación.

01:15:16

En ese momento no estoy aportando dinero,

01:15:20

porque a veces también cuesta llamar el dinero.

01:15:22

O sea, en ese momento yo no estoy aportando dinero a mi familia.

01:15:25

¿Qué más sigue?

01:15:27

Puedes repetirlo.

01:15:30

En este momento no estoy aportando dinero a la familia.

01:15:35

¿Qué más puedes decir? ¿Qué estoy aprendiendo?

01:15:46

Estoy tomando clases, que estoy aprovechando este momento para otras cosas.

01:15:53

Vale, ahora me des de... lo que tus manos en el abdomen, tus dos manos,

01:16:05

respira, lleva la aire a esta desazona y ahora dime qué es lo que estás haciendo en este momento,

01:16:16

entonces desde ese lugar, con ese imagínate que tu andó me se pone fuerte y desde allí con las manos así bien como entre las

01:16:26

salas entre ellas vas a hablarme desde allí y haciendo bueno lo que se ha estudiando lo que se ha que estás haciendo ahora,

01:16:34

en una frase corta.

01:16:38

Yo ahora estoy estudiando por ejemplo.

01:16:42

Yo ahora me estoy preparando para otro nuevo sueño. ¿Para qué? Dime.

01:16:51

Ahora me estoy preparando para hacer, realizar otro nuevo sueño.

01:17:04

Yo ahora me estoy preparando para empezar a trabajar y ganar dinero.

01:17:20

Yo ahora me estoy preparando para trabajar y ganar dinero.

01:17:24

¿Cómo se siente eso?

01:17:27

Muchísimo, mejor.

01:17:28

Claro, es que a veces tenemos que ser consciente de que estamos hablando de nuestro niño

01:17:33

interior, desde nuestro niño.

01:17:38

Y nuestro niño está bien para nuestra creatividad, está bien para jugar con él, de vez en

01:17:43

cuando.

01:17:44

Pero hay situaciones en la vida que tenemos que ser el adulto y el adulto tiene una característica.

01:17:50

No de la matisa, el adulto vive en la aquí y el ahora.

01:17:53

el adulto disfruta de este momento vale y en este momento aquí y ahora yo

01:18:02

estoy preparándome para trabajar y hablar dinero, venía, asumo eso, sin mirar

01:18:14

qué hice, dejé hacer ni nada por el estilo porque eso me hace sufrir, eso

01:18:20

justamente lo que me bloquea, eso me hace que no me enfoque donde tengo que

01:18:25

quizás me enfoque ahora a usted a planificar la estrategia para ver cómo esto que estoy aprendiendo

01:18:30

no puedo aplicar a los demás como puedo empezar a generar pequeños ingresos hoy día con esto

01:18:36

que estoy haciendo este es el adulto que viene aquí y en la hora y observo la fuerza que sale desde

01:18:45

que hablo desde mi abdomen desde esa fuerza interna desde mi adulto desde mi presente en lugar desde el

01:18:52

niño que no tiene fuerza. ¿Vale? ¿No me decientes?

01:19:02

Muchos más puertes, muchas gracias.

01:19:05

Fíjense una cosa aquí, aquí no hubo necesidad de hacer un trabajo aquí directamente,

01:19:09

que utilizamos, decimos, frases solucionadoras.

01:19:14

Muchas gracias a la gente, va, sale corriendo.

01:19:17

Hay que constelar, ¿no? A veces como una frase solucionadora es suficiente, porque lo que

01:19:23

está diciendo la persona no tiene fuerza lo que está diciendo una persona es simplemente

01:19:27

no sé cómo hacerlo ahora, estoy en un lugar, estoy en el lugar del pequeño, necesito

01:19:33

ir al grande, tomar conciencia de algo. Entonces eso ayuda a que la persona pueda estar

01:19:41

de una manera más consciente en ese momento que se no me voy y me tiro a saco por lo primero

01:19:49

no que salga para considerar que

01:19:55

personas realmente quiere considerar o

01:19:58

quiere hacer un trabajo personal y a

01:20:00

muchos manteniendo miedo.

01:20:02

Escribe en el chat.

01:20:15

No.

01:20:17

Bueno, ¿cómo cambiaría tu vida,

01:20:27

Marcel, así?

01:20:28

Este es solucionar a esa problema de la

01:20:31

creencia de que si no estoy empleada no

01:20:33

es correcto.

01:20:34

Tendría libertad.

01:20:36

Tendría libertad.

01:20:38

¿Libertad para?

01:20:40

para hacer lo que se me da la gana y eso hacen las uvejas negras de mi familia

01:20:48

tenés de la libertad, tenés de libertad para hacer lo que me da la gana

01:20:59

mira un profundamente malo, Ana, pues es que es una figura,

01:21:12

disculpen si un verse me olvida, que no es que es una figura, gracias, mal,

01:21:26

mira profundamente, mira, interesante,

01:21:33

ahora puede salir de representar, vale, Flor y V puede salir de representar, vale, cada quien siga su movimiento,

01:22:55

cada quien siga su movimiento, nerea hasta la representar, por favor, vale, respiramos profundamente,

01:24:49

vale, lo dejamos hasta allí, esto simplemente era un movimiento, esto se llama la configuración

01:25:02

sistema para el consultante para que el consultante se

01:25:04

de cuenta de vale voy a etiquetar aquí quien es se mueve

01:25:20

vale ese sería el trabajo estable este nuevo que llegó aquí el

01:25:25

trabajo estable el cliente lo que me da la gana lo que me da la gana y la libertad

01:25:32

observamos que es lo que está buscando este cliente con el trabajo estable

01:25:40

te sirve, Marcela? Sí, sí me sirve, estoy pensando en que en un momento tuve miedo

01:25:59

cuando cuando este señor se en algunos de los movimientos del señor.

01:26:11

Yo a luz que representaba al cliente, desde que salió la libertad, una sensación de estar

01:26:20

la defensiva de tener que estar como que cualquier movimiento yo iba a tener como que resguardarme,

01:26:26

como toda la atención mía se estaba en lo peligroso de tener a la libertad thai.

01:26:42

¿Aricursos, Marcela? ¿Y excusa me estás preguntando?

01:26:51

No, digo, más recurso.

01:26:53

Sí, sí, sí, sí, más recursos.

01:26:56

entonces que hago con esta día de compas, no? Hay que darle un lugar a ser papá interno, todo tiene un proceso.

01:27:11

Es el siguiente paso.

01:27:15

Gracias.

01:27:16

Gracias a todos.

01:27:17

Gracias chicos.

01:27:19

Gracias a todos.

01:27:23

Aquí fíjense simplemente un movimiento sistémico para que el consultante se de cuenta de algo.

01:27:29

a lo asumía pero simplemente deje tranquilo a ver qué pasaban. Entonces simplemente allí

01:27:37

ya es como un imagen solución para el consultante. Le da un movimiento interno, indica

01:27:47

un movimiento interno para el consultante depende si lo da o no lo da, vale, y respetamos.

01:27:52

Otra persona que llegará es de trabajar al

01:27:56

Fijense como voy a hacer preguntas para

01:27:59

a la Lujane bueno ya contigo ya de

01:28:02

trabajar re que te he trabajado pero bueno

01:28:03

vamos a imaginar que dime tu tema

01:28:11

Estoy tratando de definir el tema en el que

01:28:15

voy a trabajar y cuando me enfrento a los

01:28:18

temas me he cuenta que cambio de temas y

01:28:20

cuando trabaje en eso lo que observe es

01:28:24

que no te me vaya por la tangente, dime cuál es su tema.

01:28:28

Veo afuera a todos los terapeutas muy grandes y siento que los temas que tengo yo

01:28:34

no tendría mucho que aportar, o sea, me veo como muy chiquita en relación con los

01:28:38

demás terapeutas que trabajan en redes.

01:28:43

Vale. Y porque será?

01:28:50

Porque ustedes los veo como que han llegado tan primero a la jerarquía que simplemente

01:28:58

tengo que asumir que soy pequeña ante ellos.

01:29:04

Y tienes la respuesta, ¿no?

01:29:06

Si soy pequeña entre ellos porque llegado de última.

01:29:09

Sí, pero en ese lugar no es esa.

01:29:12

La sensación mía es como que tengo poco que aportar.

01:29:16

Claro, claro, porque primero tengo poco que aportar primero

01:29:20

porque no conozco todas las herramientas online,

01:29:23

pero en línea, conozco todas las herramientas online,

01:29:25

que hay línea porque ya tienen un recorrido,

01:29:27

porque tienen una soltura, porque en blabla la verdad,

01:29:30

mira, tiene mogoñón de cosas que yo no tengo.

01:29:33

Es lógico, no estoy al final de la cola,

01:29:35

porque vengo llegando de última.

01:29:39

Es normal eso.

01:29:41

Eso es normal.

01:29:43

Es mi lugar cuando ahora la cosa es como yo me puedo quedar fíjense

01:29:48

en nosotros en nuestra actitud ante la vida como decimos siempre,

01:29:51

¿no?

01:29:53

Dramatizamos, desdramatizamos.

01:29:55

Yo me puedo quedar vallas, yo soy la última y llegué de pequeñas,

01:29:58

soy chiquititas, soy un gusanito delante de todas estas mariposas

01:30:02

que ya están volando, todo suena simple o buga que no puede llegar siento que llegado de último

01:30:08

siento que no puedo aportar a los demás, o puedo decir, vaya, esto, aquí en mi último lugar,

01:30:18

esto que recorrido hay, ¿qué cosa están haciendo ellos que yo lo puedo hacer diferente?

01:30:28

en qué cosas yo puedo diferenciarme para ganarme mi lugar, observamos la

01:30:38

actitud que es diferente, una actitud de pobre yo o una actitud vale pues

01:30:46

asumó este mi lugar y ahora que voy a hacer para hacerlo diferente.

01:30:51

Yo cuando llegué aquí a España ya les contaba más de una vez aquí había mucho antes

01:30:55

que yo y que dice algo diferenciador para ocupar mi lugar, si solamente eso, entonces no es

01:31:09

victimizarlo sino potenciarme y de esta lugar, para eso, no va a alguien que quiere trabajar

01:31:15

a algo.

01:31:19

A mí me gustaría trabajar algo, un dime, federaliza.

01:31:24

en la pregunta en el ejercicio que hicimos en la primera clase, la pregunta 8, mi palabra era

01:31:33

sensualidad y con el segundo ejercicio, saqué mi miedo a un incesto, me gustaría trabajar

01:31:47

el tema porque no sé dónde de dónde me vienen y que quieres lograr con esta

01:31:54

acuselación. Puede ver un poquito de dónde me puede venir porque que no

01:32:06

siempre tengo ese miedo pero bueno siempre lo quito tengo ese miedo y no sé

01:32:14

¿Por qué me viene ese miedo si yo no viví a una vez eso?

01:32:28

Vale, si yo no viví a una vez eso, ¿qué pasa? ¿Qué es lo que quieres ver en la

01:32:33

cosa lación? ¿De dónde viene, ¿no? Eso fue lo que me dijiste.

01:32:40

Sí, puede ser.

01:32:42

Vale, pues mira, escogé, busca unas piedritas en tu casa,

01:32:45

busca unas piedritas cualquiera que tenga, busca a construir un árbol familiar,

01:32:49

escribir, tatarabuelo, vizabuelo, todo el sistema familiar y después allí busca la

01:32:55

piedrito y dice, ah, esta es la piedrito de esta lista. Y vas a esa piedrito de contigo y eso.

01:33:02

Perdón, al lundo. Yo tengo el árbol hecho. Ya, pero estoy estoy estoy haciendo una mira,

01:33:11

es fiordalizas, cosas unas piedritas, la pizarra, lo que tú quieras, muñequitos, lo que

01:33:15

o sea que tenga, construya tu árbol, familiar, papá, mamá, tatarabuelo, vizavuelo, todo el orden que tuviera es como tú quieras.

01:33:23

Y luego después que lo veas todo en conjunto, vas a decir, vamos a ver no está el insecto.

01:33:27

Y escogen y escogen, es una fibrita.

01:33:29

Es el insecto que lo llevo conmigo un buen tiempo, y le voy a ir lugar.

01:33:35

¿Qué te parece? ¿Se haces eso?

01:33:37

Me parece bien.

01:33:39

Sí.

01:33:40

Sí.

01:33:44

¿En qué sé lo que estoy haciendo?

01:33:46

Me encanta.

01:33:47

Me encanta.

01:33:48

Me encanta.

01:33:49

Me encanta.

01:33:50

la sensilleza. Fienzo una cosa que esto estamos trabajando los tipos de

01:33:57

preguntas y en el tipo de preguntas tenemos que ser claros con lo que se va a

01:34:01

conselar, que sucede que no es cualquier tema, tenemos que quilemos preguntar

01:34:07

porque que quieres lograr con esta conselación saber de dónde viene, entonces esto es curiosidad

01:34:12

pure y dura, entonces curiosidad yo lo puedo saber por mí mismo sin necesidad de ir a

01:34:23

de la conferencia de los

01:34:25

vale por qué no, porque no

01:34:32

es una de las diferencias

01:34:37

de las diferencias principales

01:34:38

de los estudiantes de las

01:34:41

formaciones conmigo es que

01:34:43

quiero que tengan claro que

01:34:45

no van a considerar cualquier

01:34:46

tema porque sí, vale por qué

01:34:49

consultante quiere tener que ser un tema que tenga sustancia.

01:34:54

¿Adiós?

01:34:54

Adiós, aquí vas a decir, no es mí, creo que iba a hablar de algo más.

01:34:58

Sí, yo quería.

01:35:00

Ya, momentito, ¿no?

01:35:01

¿Qué ha primero?

01:35:02

Ah, ok.

01:35:04

Bueno, hace como más o menos 15 años que empecé a tener vértigo y miedo a las alturas,

01:35:13

a la agua oscura y ciertos miedos. Y todavía ahora, pues, siguen ahí estos miedos, así el vertigo,

01:35:22

como veo a mis hijos, aso más al sitio y ya me da vertigo, me mareo, me da así como mucho miedo.

01:35:28

¿Quién ha quedado de venir? Cuando yo tenía 24 años, más a menos.

01:35:35

¿Pasó algo especial que lo desincadeno? Sí, la cuestión es que mi madre coge una depresión muy

01:35:40

fuerte, en ese momento no había nadie con ella, entonces yo me fui a su casa para ayudarlo

01:35:45

un poco, aunque no me vi capaz. Y como todos los días me decía que se quería morir,

01:35:50

que se quería morir, que se quería morir, pues, a un momento la única forma que vi, que realmente

01:35:56

la podía ayudar era, pues, empezar a pensar maneras de ayudar a morirse. Y porque no me, porque

01:36:03

yo no sabía cómo ayudarla. De hecho, ni me vi cómo ayudarla, ni lo entendé porque

01:36:07

no sabía cómo hacerlo. Y bueno, luego un día pues la encontramos mi hermana yo que ha intentó

01:36:16

suicidarse, pero no murió y ya raíz de ahí empezó a ponerse bien y ya pasó y ahora está muy

01:36:23

bien y todo, pero a partir de ahí yo tuve todos esos, esos miedos se quedaron conmigo,

01:36:29

de paz siempre ya, desde entonces hasta ahora.

01:36:34

Tuvamos a vivir.

01:36:35

Sí.

01:36:37

Y está feliz y está bien.

01:36:52

¿Y cuál es su mayor miedo o eso vertigo?

01:36:57

Pues en verdad, miedo, miedo, o sea como que los tengo aceptados.

01:37:02

En verdad, no es que me demuestro, no sé.

01:37:07

En verdad, el mayor miedo es frenar la libertad de mis hijos porque esos miedos me lo reflejo en ellos.

01:37:19

Una pregunta, ¿cómo vivió el sistema de la depresión de tu mamá?

01:37:25

El sistema familiar, no había nadie en ese momento. La única estaba yo sola con ella.

01:37:35

Nadie se interesó realmente mucho por esto. De hecho, la familia no sabe que intentó suicidarse ni nada.

01:37:44

así. Bueno, hacer un movimiento va a ver qué pasa.

01:37:54

Gracias. El movimiento es muy sencillo pero vas a ver.

01:38:04

Vas a salir a... Bueno, vas a...

01:38:11

Escoge una figura. Escoge otra figura.

01:38:35

La vas a elegir y escoge otra figura. Selecciona otra.

01:39:22

en cuenta no hacía como fiel.

01:39:24

En el secreto no había...

01:39:34

Y...

01:39:37

¿Ostero como se siente cada uno con la otra?

01:39:56

¿Cómo se siente el indio?

01:39:59

El indio se siente con seguridad.

01:40:08

¿La policía?

01:40:12

La policía, en verdad, es como que es policía

01:40:16

pero se siente que el indio tiene más poder

01:40:20

que ella para decir.

01:40:23

¿Y el pequeñito?

01:40:25

y el pequeñito está ahí como como con miedo como se senten muy chiquitito.

01:40:36

Bueno, sigue movimiento que quieras, todos otras figuras, que siente la policía cuando

01:41:54

llega eso. La policía la siento como perdida, así como que no sabe muy bien a dónde mirar ni incluso ahora

01:42:08

que ha llegado a esta?

01:42:17

Pues respiraba profundamente y piensa a una mujer en tu sistema y hay sentido todas

01:42:36

las percepciones de vértigo, que es tener vértigo.

01:42:52

¿Qué pasaba con esa persona que sentía vértigo?

01:43:03

Pues...

01:43:04

Sí, me viene como mi abuela y también como esa necesidad de proteger a los pequeños,

01:43:10

sacaí de mí.

01:43:12

pero cuando tengo vertigo que es lo primero que me viene a la cabeza, que es lo primero que

01:43:19

siendo una persona que tiene vertigo, ¿cuál son los síntomas del vertigo? Pues miedo y mareo.

01:43:27

¿Cómo que de repente el mundo se mueve? Siendo que el mundo se mueve. Imagínate,

01:43:37

tú una mujer por allí, algún lugar que te dice, siento que el mundo se mueve. Álago a esa mujer

01:43:51

que le diría esto, esa mujer te dice, siento que el mundo se mueve, que nada es estable,

01:44:08

que todos en seguro, ¿qué le dice esto?

01:44:15

Yo le diría a Paralo, como que me viene decirle Paralo, coge lo, agárralo.

01:44:34

Me esperaba fundamente. ¿Qué pasa con esa policía se hace grande?

01:44:44

se hace intenso. Si la policía le dice a la pequeña para no, que hace la pequeña.

01:44:59

Pues de repente quiere mirarla para ver cómo...

01:45:03

Vale, vale, las que lo miran. No te preguntaba cómo se sentía las chicas,

01:45:22

¿vale? Sí, genial. ¿Cómo se sentía las chicas de rayas?

01:45:26

Sí, la chica de Raya se siente ahora como...

01:45:34

...como con algo detrás muy grande, o sea, como que le da un poco de respeto, no quiere mirar, porque dice, uy, uy, uy.

01:45:43

Vale, respira profundamente y de la esta mujer, yo soy solo la pequeña.

01:45:56

A la policía o...

01:45:58

A la mujer de Raya?

01:45:59

yo soy solo la pequeña. Espira profundamente y el mundo es de más graciár

01:46:15

grande para yo pararlo. El mundo es demasiado grande para yo pararlo. Y usaba que

01:46:37

hace esa mujer de reina. ¿Qué te dice? Le dán ganas de llorar a la mujer de reyes.

01:47:06

Espira profundamente. Y dile a partir de hoy suelto el control. A partir de hoy suelto el control.

01:47:24

como se siente bien, mejor, si, hay un otro movimiento que quieras, así perfecto, voy a colocar

01:49:36

y está bien que el mundo siga su curso.

01:49:41

¿Cómo se siente?

01:49:42

Jariahina.

01:49:44

Bien, muy bien.

01:49:46

¿De qué te da cuenta?

01:49:50

Pues sí, como la necesidad de controlar,

01:49:54

como que yo a mí mismo me digo que si algo no está bien lo paro

01:49:58

directamente y no está mi alcance para hacerlo todo,

01:50:03

ni todo estar, sobre todo cosas tan grandes.

01:50:08

es un lugar a esa ancestra que quiso hacer, ¿vale?

01:50:19

Me conozco, vale, porque seguramente hay alguien más que quiso para el mundo y es esa

01:50:25

energía que estoy llevando, ¿vale? Perfecto.

01:50:29

No sé lo de hoy, un lugar, llevo un tiempo a esa chica porque es una mujer, en un tiempo

01:50:33

es el lugar, la reconozco, la veo que soy igual a ella durante un tiempo, esa que la podás

01:50:40

soltar. Cada vez que me quedas, si me da vertigo algo, me pongo una altura muy alta,

01:50:47

me voy a ejercicio para que diario, pongo una altura alta y en esa altura directamente

01:50:51

mira hacia abajo y dile a esa mujer, te veo, vale? Vale, vale, que es verdad. Respira

01:51:04

profundamente y te veo simplemente, hasta que y observa tus sensaciones, observa si te

01:51:11

llegan algún pensamiento, algo que dirías a mujer y todo eso.

01:51:14

Vale, va a ver qué pasa.

01:51:15

Vale.

01:51:16

No tiene un diópito.

01:51:17

Vale.

01:51:18

Genial.

01:51:18

Genial, muchas gracias, Luc.

01:51:20

Antí.

01:51:23

Bueno, chicas, no en mí.

01:51:25

Cuéntame que preguntéis que te había que estar antes por eso.

01:51:29

Sí.

01:51:31

Quería un momentito.

01:51:32

Pero, ya va.

01:51:33

Disculpen que voy a ver.

01:51:34

Quienes que vas hablando.

01:51:35

Voy a guardar esto para recirlo después.

01:51:40

Dime.

01:51:40

Bueno, el vínculo con mi hermana quería ver, yo le llevo 10 años a mi hermana y sobre todo

01:51:51

desde que mis padres ya molieron como que soy la mamá de ella y encima ella siempre le

01:52:00

pasa algo entonces cuando quiero salir en ese lugar me da cierta culpa.

01:52:10

Es un tema interesante, pero yo soy honesta.

01:52:15

Bueno, ahora vamos a hacer ese tema de eso.

01:52:18

Producción esta, esa tema también diría que ver conmigo.

01:52:20

Entonces, claro.

01:52:23

Muchas cosas que vos fantasios me veo reflejada luz.

01:52:28

Pero bueno, ya explico cómo se hace.

01:52:30

Interesante que lo traigo, porque así explico cómo se hace un poquito

01:52:33

cuando ese caso parecido.

01:52:37

OK.

01:52:38

No sé, no sé lo dejo a vayan.

01:52:52

Gracias, para que lo veas todo.

01:53:02

Bueno, gracias, Saliano.

01:53:07

Gracias, Luis.

01:53:08

Ha sido bueno volverlo a ver ahora como como la madre y la depresión,

01:53:12

como la depresión de la seguridad a las personas que están ahí.

01:53:17

□ bien bien.

01:53:18

Vamos a volverlo a vayan.

01:53:22

Gracias.

01:53:22

Vale, oja, volver a poner esto a manera de ver.

01:53:24

a ver, te he puesto a ti directamente del principio porque sería representar

01:53:41

hierro mamá, si te dan energía de mamá. Si de hecho la sentía porque yo en ese

01:53:48

personaje me vía muy desesperada en la de esas muchas pristezas y muchas

01:53:51

desesperación.

01:53:57

Vale, cuando crees que quiero controlar el mundo la otra se voltea porque le

01:54:10

llamaba mucho más la atención cuando creesse.

01:54:12

puedo preguntar algo de eso. Claro. Vos clara al principio ella era la cliente, ¿no? Y después,

01:54:32

no, yo creo que pase que le di movimiento el libro para que ella escogiera, porque ella

01:54:35

fuera individual, para que ella lo fuera escogiendo, entonces al al estar rojo yendo, pues simplemente

01:54:41

es mucho, mucho mejor, es el, el querer, el querer hacer el trabajo, sabes, cuando ella está

01:54:51

representando directamente yo dije bueno la primera que ella se iba a salir a representar

01:54:55

la primera que es coja va a ser la madre y la primera que cojigo era ella misma,

01:54:59

entonces salió de primera, entonces se va a ser la madre, yo lo había dicho,

01:55:06

genial, vamos a ver ese caso obviamente no será una consteación al uso,

01:55:12

es ser un movimiento sistemico que hagan los estudiantes, obviamente es mucho mejor que

01:55:16

lo hagan los estudiantes porque ya te digo que yo tengo vela en ese entiato.

01:55:21

Sí, sí.

01:55:24

Si simplemente vamos a ver movimiento sistemico que va a ir detrás de interesante.

01:55:28

Y bueno, vamos a coger a un representante fiel Dalisa tú misma.

01:55:40

¿Gerdalisa?

01:55:44

Estoy buscando luz.

01:55:54

Si simplemente compulsar no hace falta buscarte, compulsar en un lugar, en un suelo, en el suelo,

01:56:00

ya pues exactamente te dejuenda, ¿no?

01:56:03

que no hace falta que se busque nada más compulsar si yo les digo que salga se le

01:56:07

ha sido nada con nada más pulsar en un lugar ya se muera no hace falta que se

01:56:11

encuentre.

01:56:24

Y Holanda, vamos a ver a ver a ver a otra persona que quiera Nerea

01:57:18

y cada quien siga su movimiento.

01:57:54

Los yo no puedo mover las figuras.

01:57:57

No me acabé a menor duda.

01:57:59

en mi pues es que es una figura.

01:58:02

Bueno, yo tengo sal.

01:58:04

Ah, vale, no es efectivo.

01:58:05

Tactivo directamente.

01:58:07

Vale.

01:58:08

Tactivo directamente.

01:58:09

Vale.

01:58:09

OK.

01:58:19

Cada quien sea su movimiento.

01:58:46

¿Cómo se siente la chica que está?

01:58:52

¿Cómo se siente la chica de Faldita Gris?

01:58:59

La última.

01:59:01

La chica de la Faldita Gris que llegó de primera.

01:59:05

es muy lloroso. ¿Cómo se siente? Agobiada. Agobiada? ¿Cómo se siente el hombre de amarilla?

01:59:33

No puedo expresar, tengo la garganta atorada. ¿Qué siente el hombre de amarillo con la chica de azul

01:59:43

pequeña. El amiro tengo necesidad de que también me haga caso.

01:59:51

Es necesidad de que te haga caso. Que siente la la niña de azul por el hombre de amarillo.

01:59:59

Nada, no lo veo. No, no, soy yo esa, me parece.

02:00:04

Ah, perdón, perdón. No, no, no lo miro.

02:00:08

No lo mías. ¿Qué te transmite?

02:00:11

¿Cómo cierto temor?

02:00:24

Respira profundamente y dile a mamá, míramen, por favor.

02:00:34

Yo existo.

02:00:43

¿No digo para mí?

02:00:46

Sí.

02:01:08

¿Cómo se siente a eso?

02:01:09

¿No es mí?

02:01:10

¿Y con angustia?

02:01:18

Observamos si hay algún movimiento que quiero hacer en un plataforma.

02:02:13

¿Cómo se siente la... ¿Cómo se siente la hermana?

02:02:27

¿Cuál es la última de azul?

02:02:34

No, la que está siendo representante de la hermana.

02:02:37

¿Qué soy yo?

02:02:40

Sí, ¿cómo se siente?

02:02:43

Ahora me siento mejor, pero como que no me deja moverme.

02:02:49

Ahora mejor.

02:02:53

¿Cómo se siente la chica de azul?

02:02:56

La chica del cabello rojo.

02:03:00

Yo, si era que me verá la chica de falta en gris,

02:03:03

siento que no me den. Bueno, puedes ponerte tú para que te veas.

02:03:10

Parece que por eso me moví pero sigue sin ver.

02:03:28

¿Cómo se siente el hombre de María?

02:03:34

Me gusta que el hombre de verde ya se haya acercado.

02:03:38

Me daría mi tamaño.

02:03:40

El hombre de verde me devolvería mi tamaño.

02:04:00

Dile a tu hermana.

02:04:04

No es mí.

02:04:08

Solo con la culpa puedo ser más grande.

02:04:10

solo con la culpa puedo ser más grande.

02:04:28

Te atala maleta de la culpa y dejadla donde tú quieras.

02:04:38

¿Cómo se siente?

02:04:42

Mejor.

02:04:44

Mejor.

02:04:45

Igual tomar distancia y ver todo desde afuera me dio mucha tranquilidad.

02:04:54

¿O ser vacía de algún movimiento que quieras hacer?

02:05:12

No, estoy bien ahí.

02:05:15

¿Hay alguien más que quieras hacer algún movimiento?

02:05:32

¿Cómo se siente así?

02:05:34

muy bien, muy bien mejor, sí, vale, alguien más, ¿cómo se siente la cica de rojo con esta

02:05:51

hora al lado? mejor, mejor, sí, vale, hay algo más que quieran hacer, vamos a dejar hasta

02:06:27

lleno de mí, es muy bien, muy revelador, bueno primero porque aquí tenía aquí esta una de mis

02:06:35

especialistas, expertas, pero no estaba ninguna, no era un cable, el mayo no podía venir hoy.

02:06:42

Este, bueno, mayo, cuando nosotros tenemos un caso que tiene esta relacionada con nosotros también,

02:06:49

ya hacemos pues simplemente, primero que colocamos una figura para nosotros, en este caso,

02:06:56

o lo que una premía que era el terapeuta,

02:06:58

o lo que una para la mamá que estaba representada por ella mismo,

02:07:04

por la cliente, fíjense que la mamá pequeña,

02:07:07

el tamaño normal de la mamá era la pequeña,

02:07:09

tenemos a la cliente que está representado por este hombre,

02:07:13

y lo que significa también que es probable que esta cliente

02:07:16

durante mucho tiempo ya ha representado al hombre

02:07:18

de la familia o al papá de la familia.

02:07:21

Y bueno, la culpa como la culpa,

02:07:22

a través de la culpa me siento grande entonces muy curioso vamos a guardar esto para ver

02:07:30

la repetición, gracias luz fue un movimiento sistema y con un bebo a la cosa, pero bueno

02:07:41

o sea y no sé si le grabé vídeos o si vamos a ver todo el todo el trabajo, la hermana, la

02:07:56

culpa, el cliente, la repueuta y la mamá fíjense a todos cada uno.

02:08:17

¿Qué va a dar impresionante?

02:08:36

Como fíjate que la culpa le sea gran el acidad de volver a esta

02:08:39

mayor cliente, ¿no?

02:08:43

Sí.

02:08:46

Hay que bueno medir el libro de que la repueuta y la hermana estuvieran a medir las dos

02:08:51

una a la o la otra, eso me alivió.

02:08:56

Vale.

02:08:59

Gracias.

02:08:59

Gracias.

02:09:01

Gracias.

02:09:01

Lo voy interesante.

02:09:03

Sí, a ver si la culpa nos hacemos más grande.

02:09:06

¿No? Yo sé que es soltar la culpa y decir bueno, recuerda que un

02:09:09

horoprecipioso sistema que es aprender a vivir con la culpa de la mala

02:09:13

conciencia.

02:09:15

¿Sabes?

02:09:16

Entonces, ¿cómo sería aprender a vivir con eso soltar?

02:09:21

Soltar y aprender a vivir con lo que implica soltar.

02:09:27

¿Ok?

02:09:27

Porque viste lo que pasaba, ¿no?

02:09:29

Que el cliente no se podía mover.

02:09:32

La mano estaba pequeñita.

02:09:35

¿Vale?

02:09:36

entonces pues bueno queremos asumir un papel que no nos corresponde y eso no ayuda a su resta.

02:09:44

Ok, gracias por traerlo, por mi es muy interesante.

02:09:49

Gracias a Pales.

02:09:51

A ti.

02:09:53

Este, a ver,

02:09:54

presenta.

02:09:57

Tengo una pregunta luz.

02:10:00

Sí claro.

02:10:01

Podría dar un ejemplo de una pregunta de contexto, una de

02:10:08

solución, una milagro y otra vez, ¿de qué voy a organizar?

02:10:12

Una vez con texto, bueno, lo tienen en el video, ¿no?

02:10:16

Está subido ya.

02:10:18

El de contexto es cuando queremos saber, ahí lo expliquen muy bien.

02:10:21

Es paso.

02:10:22

El contexto es cuando queremos saber directamente si la persona

02:10:25

vive sola, si está casado, si está, no sé qué, si tiene, como si sus

02:10:31

padres están vivos, todo ese tipo de cosas, ¿vale?

02:10:34

Lo que tiene es que tener con el contexto.

02:10:35

una pregunta que es para versus sentimientos que sintiste ante esta situación, que pasó, que no pasó

02:10:44

uno de este solución, es la que vimos anteriormente como por ejemplo en que quieres

02:10:57

tu conseguir con esta constelación, por ejemplo es una de milagro, que te gustaría o que pensarías

02:11:03

tú o la solución también, esa sería lo mismo, o como te imaginas viviendo después de

02:11:09

este problema, una solución. Y una de hoy hemos visto muchas de que son los que yo

02:11:14

hemos utilizado, que son la solución. Y nos llega a conselarse en lo que directamente

02:11:18

pregunto cosas, hago preguntas que la ayudan a la persona a tomar conciencia. Pero si

02:11:23

a mi era en el video está escrito de diferentes tipos de premons. En el video que hicimos

02:11:30

la clase pasada está, está subido.

02:11:34

Es decir, las preguntas de contexto no vendien esta relacionada con el contexto, la

02:11:39

pregunta de los sentimientos, que sientes con respecto a esta situación, las preguntas

02:11:44

de solución es para movilizar y las preguntas milagros, o aquella de lo que la persona quiere

02:11:49

lograr finalizar la conselación, por cuál es el motivo de realizar la conselación, o

02:11:53

que vamos a imaginar subida después de realizar la conselación, para que esa persona se

02:11:57

localicen algo específico. Gracias, Lucia.

02:12:04

Lucia, quería preguntar de una cosa de la costelación cuando ya más te ayolanda para

02:12:11

intervenir y fiste una expresión, dijiste, hu hu hu, ¿de acuerdo? ¿Por qué lo hiciste?

02:12:20

No.

02:12:21

Vale, ya está, es que lo quería interrumpirte, pero pensé, se ha dado cuenta de algo, ¿eh?

02:12:26

No, no, no, no, no.

02:12:29

Me imagino que sí, pero fue ese momento y con lo mismo que yo tengo, me moría corto,

02:12:33

me moría pés.

02:12:35

Entonces, eh, pero rápido.

02:12:38

Vale, ya está.

02:12:38

Gracias.

02:12:39

Sería un momento.

02:12:40

A ver, alguien más seguramente sería relacionado con...

02:12:48

Ah, ya, ya.

02:12:50

Sí, y ahora sí sé por qué, porque claro, estaba la cliente.

02:12:53

Eh, yo la andara la cliente, ¿no?

02:12:55

Sí más, no me equivoco.

02:12:57

La cliente, el hombre de manillo.

02:12:59

No, yo la andara la culpa.

02:13:00

la culpa, vale, pues no, no sé, a mí cuando me impresionó fue que el cliente fuera

02:13:11

hombre, entonces eso me llamé mi información, eso me da a me cuenta, interesa. Este de alguien

02:13:19

más que se lleva hoy, yo me llegó, me parece muy interesante, estoy de que la culpa

02:13:35

más grandes. Sí, parece muy interesante, parece que su gracia.

02:13:47

Y yo me llevo mucha claridad, mucho aprendizaje y cada vez más seguridad.

02:13:55

Qué muerto, lee gran, alguien más. Yo me llevo, pues, soltarto esa mentalidad que tengo y que,

02:14:06

que fíjate que no me había dado cuenta, pero hoy con el trabajo de este me he dado cuenta de que

02:14:11

realmente creo que todo es muy fácil y muy controlable y muy tal y claro que la realidad no es esa,

02:14:18

pues luego me auto machaco o porque no hago o porque no tal cuando no es tan sencillo,

02:14:25

¿no? Así que...

02:14:26

Bueno, nos superabas a ser gran de por mucho tiempo, tenemos la subarbía de que podemos controlar todo,

02:14:32

o te lo dice, master controlador.

02:14:36

Sí, sí.

02:14:36

Así que bueno, muy agradecida y aparte, pues,

02:14:39

muy mucha aprendizaje.

02:14:40

Muchas gracias.

02:14:41

Vale, sí.

02:14:42

Gracias, de.

02:14:43

No, y fíjate, tu que los dos casos

02:14:44

están relacionados, adelantando al anterior,

02:14:46

como este tiene mucha relación.

02:14:50

Vale, alguien más?

02:14:52

Yo los me llevó que la curiosidad

02:14:57

puede ser un tipo de sobrevivir.

02:15:00

Vale.

02:15:01

Qué bueno, gracias.

02:15:03

y tenemos que tener cuidado de no caer la atención porque cuando la curiosidad está en el cliente también está en el terapeuta,

02:15:11

entonces el terapeuta tiene que hacerle esa tipo de cosas, pero no escuchar los llamados de su curiosidad.

02:15:21

Más algima.

02:15:25

Yolus, Lys, me cuenta que cuando suelto es más fácil todo, soy más ligera.

02:15:34

Qué bueno.

02:15:35

Me alegre.

02:15:37

Vale, chica.

02:15:37

Pues nada, bueno, les deseo felicidad de la resurrección, que es un día curioso.

02:15:44

Este un día donde aprovechan esa energía que hay un montón de planetas alineados, que

02:15:51

en un mundo donde se curiosa que están pasando.

02:15:54

Entonces, a nivel un archérico, a parte de eso,

02:15:58

pues, nada, reflexiones un poco el día de hoy.

02:16:00

¿Qué cosas quieren ya que parte de ustedes quieren dejar ya,

02:16:06

donde tienen que dejarlo y que parte quiere que resurja de ustedes?

02:16:10

Entonces, es un momento para resurgir, empezar a renacer o a resucitar

02:16:15

esas partes potenciadoras de nosotros.

02:16:18

y se se suele este inicio de semana un fuerte abrazo y gracias a toda por esta.

02:16:24

Ahora, Maripositas.

02:16:28

Gracias.

02:16:29

Gracias.

02:16:30

Gracias.