

Transcripción

Leer el dibujo terapéutico: potencial, hogar y avance

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

00:00:01

Vale, y voy a compartir. Vale, entonces, fíjense aquí, ¿no? Aquí ella ha puesto esto, voy a quitar aquí esto también, porque, vale, miren, aquí ella ha colocado las dos imágenes, ¿vale? Vamos a analizar estas dos imágenes.

00:00:21

Esto es bien interesante porque nosotros lo utilizamos para, bueno, ver en qué situación está.

00:00:28

Lo podemos analizar muchísimos aspectos.

00:00:30

Podemos analizar el árbol, podemos analizar su relación de pareja.

00:00:36

En este caso, estamos analizando la relación consigo misma, la relación con ella misma,

00:00:43

su relación con el mundo, con sus proyectos, con la vida.

00:00:47

¿Vale? Entonces, aquí

00:00:49

¿qué vemos? ¿Vale? Con las imágenes

00:00:51

esto es indiferente si sé dibujar

00:00:53

o no sé dibujar, porque ustedes

00:00:55

van a ver ahora que ninguno aquí

00:00:57

sabe dibujar, pero tienen diferentes

00:00:59

características cada dibujo, ¿vale?

00:01:01

Entonces, ¿qué nosotros vemos

00:01:03

en estas imágenes? ¿Vale? ¿Qué cosas nosotros

00:01:05

tenemos que fijar en unos dibujos a la hora

00:01:07

de nosotros analizarlo, sobre

00:01:09

todo a nivel

00:01:12

emocional, a nivel

00:01:13

psicológico, ver qué está pasando con la

00:01:15

persona, ¿vale? Entonces, ¿qué cosa nosotros tenemos que observar aquí? Miren, aquí voy a ir rayando este dibujito aquí porque yo soy buena rayando, ¿vale? En este dibujito aquí que vemos, los brazos, ¿vale? Los brazos aquí no cambian ni de aquí ni de allá, ni de ahí, ni los brazos y las piernas. ¿Qué significan los brazos, vale? Los brazos significan nuestra capacidad de logro, nuestra capacidad de abrazar la vida, de recibir, de dar, de compartir, de lograr aquello que nosotros queremos.

00:01:45

Entonces, esta persona, aunque tiene un potencial bastante fuerte, este es un potencial principalmente que un potencial mental, ¿vale? Tiene un potencial mental y ella sabe que a través de su mente puede lograr lo que le dé la gana.

00:02:02

pero internamente a nivel emocional no siente que puede lograr aquello que desea.

00:02:09

¿Por qué? Porque no hay una extensión de brazo, no hay una extensión de brazo para recibir eso que tanto añora

00:02:15

ni tampoco para dar eso que tanto añora.

00:02:19

Entonces, ¿qué sucede? Fíjense que esto no cambia ni actualmente ni a futuro, ¿vale?

00:02:23

No sé cómo hacer para lograr esto.

00:02:26

¿Qué sucede? Esto viene, recuerden que nuestros brazos tienen esa capacidad de expandir, recibir, lograr lo que nosotros queremos, fíjense que esos brazos no tienen mano, entonces ¿cómo cojo eso que yo quiero?

00:02:43

cómo tomo una relación de pareja

00:02:46

cómo tomo definitivamente la prosperidad de mi vida

00:02:49

cómo empiezo a percibir con esas manos

00:02:54

y a disfrutar con esas manos, me cuesta

00:02:59

y otro punto aquí es importante, los pies

00:03:01

vemos el tamaño de los pies, los pies también son chiquititos

00:03:05

si esos pies son chiquititos, de aleditos

00:03:07

cuán lejos yo puedo llegar a esa parte

00:03:09

Fíjense que aquí estoy direccionado a estos pies hacia un lado, aquí me estoy dirigiendo hacia acá.

00:03:18

Y aquí, sin embargo, estoy viendo aquí de frente, aquí hay una visión de la vida y aquí hay una visión del pasado.

00:03:25

Mi yo actual está viendo el pasado, es normal, está estudiando consalaciones y es normal que esté dirigida ahora al pasado.

00:03:33

¿Vale? ¿Qué sucede? Que estos

00:03:35

piececitos, pues bueno, simplemente me

00:03:37

dicen, bueno, yo puedo llegar, esto

00:03:39

es como, corrobore lo que ya vemos

00:03:41

con los brazos, yo puedo llegar, pero no puedo

00:03:43

llegar tan lejos, porque si llego

00:03:45

no tengo suficiente

00:03:47

alcance para llegar, ¿vale? No sé

00:03:49

cómo llegar. Aquí hay una sensación de

00:03:51

estoy sola en el mundo

00:03:53

y tengo que hacer todas las cosas yo sola

00:03:56

y me cuesta muchísimo

00:03:58

lograr eso. Si tuviera

00:04:00

acompañada, quizá fuera diferente.

00:04:01

Entonces hay una sensación de soledad. ¿Qué vemos aquí y de dónde viene esa sensación de soledad? Que esto está totalmente vacío. ¿Qué pasa aquí? Aquí solamente hay brazos y unos brazos sin manos, cortitos. ¿Qué sucede? ¿Qué es esto? Mi mundo emocional. ¿Qué pasa con mi mundo emocional?

00:04:19

está mi mundo que quiere

00:04:21

este es mi mundo

00:04:23

el mundo de abajo hacia abajo

00:04:25

sobre todo la parte del vientre

00:04:27

hasta las piernas que es

00:04:29

es nuestro mundo creativo

00:04:31

nuestro mundo de

00:04:33

producir, nuestro mundo

00:04:35

de crear, tengo creatividad

00:04:37

y tengo el poder de hacer esto

00:04:39

pero no hay una conexión de esta

00:04:41

creatividad de aquí

00:04:42

de crear

00:04:47

disculpen, de crear aquí

00:04:50

a esta

00:04:53

a la mente, ¿vale?

00:04:56

Entonces, ¿qué sucede?

00:04:57

Que yo estoy,

00:04:59

en esto no hay ninguna

00:05:01

conexión entre mi parte

00:05:03

creativa, mi parte

00:05:09

con raíces,

00:05:10

con arraigo, a mi parte mental,

00:05:12

¿vale? Es como una desconexión,

00:05:14

no pasa por la emoción, entonces

00:05:15

el trabajo con esta persona, por ejemplo,

00:05:18

si estoy trabajando con Ángela Arbol, sería

00:05:19

trabajar su mundo emocional, pero

00:05:21

hay una desconexión con su mundo emocional.

00:05:24

Esto ayudaría a que realmente ella pudiera desarrollar manos,

00:05:30

brazos fuertes y piernas para poder hacerlo.

00:05:33

Pero su principal problema es su mundo emocional.

00:05:36

Tiene un mundo mental muy fuerte, muy, muy fuerte,

00:05:40

mundo creativo, pero el mundo emocional es escaso.

00:05:43

¿Qué sucede?

00:05:44

Que fíjense que aquí ella dibuja la muñequita actual más grande

00:05:47

incluso que la muñequita más grande.

00:05:48

Entonces, ¿qué pasa?

00:05:49

que de seguir esta situación esto empeoraría mucho.

00:05:53

Incluso si vemos nosotros aquí, observamos que su parte creativa disminuye.

00:05:59

¿Vale?

00:06:00

Su parte creativa disminuye y su brazo también.

00:06:03

Fíjense que este brazo también no es casual.

00:06:06

Por eso el dibujo es mejor hacerlo al momento.

00:06:08

No le digan a la persona que le traiga el dibujo a la casa,

00:06:10

mejor que lo haga al momento,

00:06:11

porque va a hablar de lo que está pasando con ella actualmente.

00:06:15

¿Vale?

00:06:16

Y de lo que pasa y cómo se percibe.

00:06:18

desde la yo actual, ¿cómo se percibe

00:06:20

a su yo futuro? A su yo futuro se

00:06:22

percibe menos creativo, con menos

00:06:24

capacidad de logro, pero

00:06:26

bueno, ya no voy al pasado, ya me quedo más

00:06:28

en el presente, ¿vale? Pero fíjense

00:06:30

que esto ha disminuido, la cabeza

00:06:32

no ha disminuido tanto, es decir, sigue

00:06:34

con su actividad mental bastante fuerte

00:06:36

pero la parte creativa observamos

00:06:38

cómo disminuye, incluso cómo se ve

00:06:40

oscura, es decir, que ha concretado

00:06:42

esa parte creativa

00:06:43

y como que está inquisada, ¿no?

00:06:46

desarrolla, no saca

00:06:48

afuera. Vamos a ver Maribel

00:06:50

¿qué te dice a ti esto

00:06:52

de lo que te acabo de decir?

00:06:55

Ay pues como que entraste en mi cabeza

00:06:59

Es muy muy fuerte

00:07:01

yo trabajo con dibujos desde hace muchos muchos

00:07:03

años y me encanta

00:07:04

y es una de las técnicas a nivel de terapia

00:07:06

individual que funciona de maravilla

00:07:09

de maravilla, de maravilla para trabajar

00:07:11

con las personas para que no

00:07:12

se metan en la mente

00:07:15

yo soy muy poco de trabajar terapia

00:07:17

de hablar y hablar y hablar, no, a mí me gusta

00:07:19

trabajar terapia creativa

00:07:20

terapia con dibujo, terapia con imágenes, con arquetipos

00:07:23

con lo que sea

00:07:23

porque lo simbólico habla del inconsciente

00:07:27

así de simple, el inconsciente no sabe

00:07:29

palabras, nosotros nos confundimos

00:07:31

cuando hablamos con

00:07:33

usamos las palabras en general

00:07:35

esto es mucho más potente

00:07:38

entonces, ¿qué te parece?

00:07:40

¿qué cosas entonces trabajar en ti?

00:07:42

ese mundo emocional

00:07:43

hay que trabajar esas emociones, contactar con esas emociones,

00:07:47

te lo dice alguien que mira que le cuesta conectar con las emociones,

00:07:50

entonces conectar con esas emociones,

00:07:56

¿sabes por qué te cuesta conectar con las emociones?

00:07:57

Quizás te pase igual que a mí,

00:08:00

a mí particularmente me cuesta conectar con las emociones,

00:08:03

porque ¿sabes lo que sucede?

00:08:05

Que somos muy vulnerables,

00:08:07

entonces como somos muy vulnerables lo que hacemos es protegernos,

00:08:10

aprendimos desde muy pequeña,

00:08:11

porque quizás estuviste que estar sola,

00:08:13

entonces ¿qué pasa?

00:08:15

Desde muy pequeña aprendes a protegerte

00:08:17

y entonces claro,

00:08:19

esa vulnerabilidad te desbordas,

00:08:21

sientes que te vas a morir

00:08:22

si dejas eso que se abre esa compuerta.

00:08:27

Entonces es algo que hay que conectar

00:08:32

con esa emoción sí o sí

00:08:34

para que luego no vengan otras consecuencias

00:08:36

como por ejemplo algo del corazón,

00:08:39

tensión

00:08:41

azúcar

00:08:41

todo ese tipo de cosas

00:08:43

pecho

00:08:46

claros indicios de que

00:08:47

hay algo con la emocionalidad

00:08:49

entonces la idea es no llegar a eso

00:08:51

sino trabajarlo

00:08:53

a conciencia

00:08:55

¿cómo hago? empezar a conectar

00:08:57

con esa niña que está

00:08:59

dentro de mí, esas emociones que están

00:09:01

allí guardadas

00:09:03

empezar a expresarla porque

00:09:05

hemos aprendido y en sistémica se aúpa

00:09:07

de que, ah, bueno, ya lo que pasó, pasó, borró y cuenta nueva.

00:09:12

No, hay que conectar con esas emociones, abrazar esas emociones,

00:09:17

aprender a maternar a esa niña, aprender a cuidarla,

00:09:20

aprender a que es seguro expresar, quizás no derramarse todo,

00:09:26

abrir el dique completo, pero bueno, sí, ir expresando poquito a poquito

00:09:31

nuestras emociones y ir contactando poquito a poco, ¿vale?

00:09:34

yo sé que el proceso es como despacio, voy contactando,

00:09:38

a mí me pasaba que una vez me vinieron a visitar mi familia

00:09:43

y yo recuerdo que estaba llorando desde el minuto uno que llegaron

00:09:45

hasta el minuto hasta que se fueron.

00:09:47

Y yo les digo, pero no puedo creer.

00:09:49

Claro, entonces ese tipo, como no estoy acostumbrada a conectar

00:09:54

y ahora me asusta porque vienen ahora reciente y digo,

00:09:57

Dios mío, espero ya haber madurado un poquito, ¿no?

00:10:00

Entonces eso es importante, ¿vale?

00:10:02

Aprender a conectar con esa emocionalidad.

00:10:04

Como no estamos acostumbrados, no es nuestro estado natural, ¿qué pasa?

00:10:08

Que nos desbordamos cuando dejamos abrir un poquito el dique, ¿vale?

00:10:12

Porque claro, está tan contenido, contenido por capas y capas nuestras.

00:10:16

Entonces, ¿qué sucede?

00:10:17

Que si nosotros queremos mejorar diferentes áreas de nuestra vida,

00:10:20

tenemos que hacer esa conexión emocional, ¿vale?

00:10:24

¿Te parece?

00:10:26

Sí, excelente, muchas gracias.

00:10:28

Qué bueno, pues nada.

00:10:30

Esto es algo que hacemos nosotros también adicional con el árbol.

00:10:33

cuando se dibuja la familia

00:10:35

se dibuja también

00:10:36

en la familia nosotros podemos ver las dinámicas

00:10:39

cuando las personas dibujan

00:10:40

esta es la familia en general, lo dibujan un miembro de la familia

00:10:43

también es súper bonito

00:10:44

o ver a la persona

00:10:46

una de las cosas que a mí me gusta mucho

00:10:48

es ponerle a las personas que dibujen

00:10:50

a la persona con la cual siente

00:10:52

que tienen una implicación sistémica

00:10:54

entonces que la dibujen lo primero que les sale

00:10:56

es súper potente

00:10:58

genial, gracias Maribel

00:11:00

que te llevas de estos que tienes que salir

00:11:02

¿qué les pareció?

00:11:04

me pareció genial

00:11:06

como siempre la verdad

00:11:08

muy profundo

00:11:09

cada vez más profundo

00:11:11

entonces pues mucho trabajo

00:11:14

pero muy agradecida contigo

00:11:16

y con todos

00:11:18

vale, lo importante

00:11:20

es eso, poner en práctica

00:11:22

y trabajar esas emociones

00:11:25

bueno lo vas a ir sacando poquito a poco

00:11:26

pero ir conectando con todas esas emociones

00:11:29

que están allí guardadas

00:11:30

que a veces se nos pasa

00:11:32

¿vale?

00:11:34

muchas gracias, bye chicos

00:11:37

bye bye

00:11:38

vamos a ver el yo actual de Venecia

00:11:41

oye Venecia

00:11:43

tú eres experta dibujando

00:11:44

hola, ¿cómo están? horrible

00:11:47

¿qué va?

00:11:49

que lo hace súper chulo, súper bonito

00:11:52

por favor

00:11:56

vamos a ver aquí

00:11:58

a ver aquí

00:11:59

vamos a ver

00:12:05

y yo a actuar, vamos a ver si le quito esto

00:12:08

aquí, no sé porque

00:12:16

la otra vez alguien me preguntó

00:12:17

oye Luz, ¿tú deberías dar alguna clase de Canva?

00:12:20

yo, eh, porque

00:12:25

claro, yo manejo el Canva

00:12:29

pero bueno, es que tengo años usándolo

00:12:31

de cosas y cosas, vale

00:12:32

bueno, vamos a ver aquí el de Venecia

00:12:36

que fácil, Venecia, por Dios

00:12:40

está súper chulo, súper bonita

00:12:41

vale, pues miren, aquí tenemos

00:12:43

a Venecia

00:12:45

su yo futuro

00:12:47

y su yo actual

00:12:49

está interesante los dos

00:12:53

bueno, aquí nosotros

00:12:54

podemos ver que aquí como

00:12:56

Venecia, sí, diferente

00:12:58

a lo que hizo

00:13:01

este Maribel

00:13:02

ella sí tiene manitos

00:13:04

¿vale? ella ha dibujado unas manitos pequeñitas

00:13:06

pero las tiene

00:13:08

¿vale? ha dibujado unas manitas

00:13:10

esto me lo quita el color

00:13:11

es diferente al que tenía antes

00:13:13

vaya, vaya, vale

00:13:15

bueno, entonces tiene unas manitas pequeñas

00:13:18

vamos a quitar esto

00:13:21

aquí que yo soy experta en rayar

00:13:23

y después se me...

00:13:24

tiene unas manitas, vemos

00:13:26

pero unas manitas pequeñas

00:13:28

esto está claro

00:13:30

¿qué vemos en ella?

00:13:33

no se ve

00:13:34

ah, no se ve, disculpe, no lo estoy compartiendo, gracias

00:13:37

genial, genial, genial

00:13:39

vale, vale, gracias

00:13:40

por decirlo

00:13:42

entonces aquí vemos

00:13:44

en ella, ¿vale?

00:13:46

¿qué tiene? bueno, vemos que tiene unas manitos pequeñitas

00:13:49

tanto aquí como en el futuro.

00:13:50

Pero, ¿qué pasa?

00:13:51

Estas manitos pequeñitas,

00:13:54

si nosotros...

00:13:55

Vamos a ver si esto lo puedo agrandar un poquito.

00:13:57

A ver, sí.

00:13:58

Vale.

00:13:59

Si nosotros observamos al detalle estas manitos,

00:14:02

vamos a ver lo siguiente.

00:14:04

¿Vale?

00:14:05

Vamos a observar que estas manitos

00:14:07

están como muy, muy, muy, muy, muy bulluditas, ¿no?

00:14:11

Como que tienen más deditos de lo normal.

00:14:14

¿Se dan cuenta?

00:14:17

¿Se dan cuenta esos deditos más de lo normal?

00:14:19

Bueno, esos deditos más de lo normal nos está diciendo que hay agresividad, ¿vale? Hay una agresividad guardada que no puedo saber qué hay. Lo observamos también en la remarcada de las figuras, ¿vale? Es decir, aquí hay una agresividad en mí que no sé de dónde viene.

00:14:39

Tengo una rabia inmensa que no logro entender y me cuesta incluso conectar con esa rabia.

00:14:47

Me cuesta conectar con eso que hay dentro.

00:14:51

Hay algo que quiero mirar, que quiero observar, fíjense la figura de los ojos que es bien importante.

00:14:55

Aquí hay una buena conexión corazón-mente porque fíjense que tiene cuello.

00:15:00

A veces cuando nos dibujamos cuello es porque estamos conectados como en el caso anterior

00:15:05

que viene con un tono de cuello, en este caso hay una conexión clara

00:15:09

y bueno, hay un puente, un canal entre el mundo del corazón

00:15:13

y el mundo del mental, ¿vale?

00:15:16

Observamos que hay una agresividad, todos estos trazos que hablan

00:15:20

que son como retrasados, como muy remarcados,

00:15:24

eso nos está indicando que la persona tiene cierta agresividad,

00:15:28

cierta molestia y algo que realmente la está molestando internamente

00:15:32

y que, bueno, quizás no sé cómo contactar.

00:15:36

Aquí hay una figura y un deseo profundo, quizás esto,

00:15:40

cuando nosotros dibujamos el sol, recuerden que el sol es el padre sol.

00:15:44

Y entonces ese mi yo actual con ese padre sol,

00:15:48

qué cosas quiero tomar de este padre,

00:15:51

qué cosas aún estoy trabajando con ese padre

00:15:54

y qué bueno, ahora me estoy dando cuenta de que bueno,

00:15:57

sí puede ser ese sol.

00:15:58

Sin embargo, aquí hay rabia contenida.

00:16:02

Entonces yo invitaría, o si tuviera que trabajar el árbol contigo,

00:16:07

sería explorar esa rabia, de dónde viene esa rabia.

00:16:10

Porque incluso la sonrisa se ve como una mueca.

00:16:14

Entonces, ¿qué hay con esa rabia?

00:16:17

¿Qué estoy expresando o dejando de expresar con esto?

00:16:20

Una persona que está como bien centrada, tengo los pies en la tierra,

00:16:25

estoy aquí al borde del suelo, pero ¿qué pasa?

00:16:28

Siempre hay que observar el resto del dibujo.

00:16:31

cómo se ve la figura

00:16:33

el resto del dibujo, estoy centrada

00:16:35

tengo un suelo, es decir que aquí hay espacio

00:16:37

como para estar en mí misma

00:16:39

como la otra no tenía

00:16:41

un espacio, yo sé bien qué es lo que

00:16:43

quiero, tengo claro

00:16:45

mis metas, ahora cómo nos va a lograr, no sé

00:16:47

pero lo único que resalto

00:16:49

aquí es la agresividad y la

00:16:51

conexión con papá, aquí sigue

00:16:53

la conexión con papá, es decir que ahora para ti

00:16:55

papá está siendo importante

00:16:57

pero ahora ya no es solamente

00:16:59

papá, ahora hay un constructo de papá

00:17:01

fíjense que tuyo futuro

00:17:02

te imaginas, si aquí hay una agresividad

00:17:05

fíjense que la agresividad viene

00:17:07

desde abajo y va subiendo

00:17:09

vamos a explicar un poquito

00:17:11

¿vale? esta agresividad

00:17:14

viene desde abajo

00:17:15

y va subiendo y se queda como

00:17:17

en esa zona, ¿vale? se queda como

00:17:19

a la hora de proyectar, de hacer

00:17:21

mis sueños, se queda como esa agresividad

00:17:24

y aquí vemos como la agresividad

00:17:26

se ha ido extendiendo en la parte

00:17:28

de arriba, observamos que la parte

00:17:30

de arriba es la que está remarcada, vemos los deditos

00:17:32

bien marcados y vemos

00:17:34

que esto se ha quedado como

00:17:35

en la parte de arriba, la agresividad, incluso

00:17:38

se ha agrandado a la boca

00:17:39

al rostro, al cabello

00:17:42

fíjense aquí como era como más armónica

00:17:44

y aquí entonces

00:17:45

de repente ya se ha transformado

00:17:48

se ha pasado algo, entonces

00:17:49

aquí es como más

00:17:52

arriba esta agresividad, entonces

00:17:53

es como tuyo futuro en el fondo

00:17:56

quiere sacar esa, aquí ya está como más de mercado, quiere sacar esa agresividad para poder utilizar ese mundo creativo.

00:18:04

Además de eso, ¿qué quiere? Una comunidad. En el fondo, dentro de ti hay una añoranza por tener una comunidad,

00:18:14

tener un lugar donde, como al que puedas llamar hogar, estos edificios aquí son unas construcciones, ¿verdad?

00:18:23

en las construcciones que hay allí, en esas construcciones hogar, familia, entonces ¿qué quiero yo?

00:18:31

En el fondo hay una añoranza, por eso organizarlo, vivirlo, tener mi propia casa, tener eso que yo llame hogar,

00:18:41

eso que me dé alguna estabilidad y lo importante aquí es no hacerlo con ira, sino hacerlo como desde tu ser,

00:18:50

Hacerlo como desde la conexión con eso más grande.

00:18:54

Hay una conexión que creo que has empezado a conectar con esa energía del papá

00:18:59

y está muy chulo esa energía que conectes con esa energía

00:19:03

porque te da fuerza para lograr esto que tú quieres.

00:19:06

Porque en el fondo añoro profundamente un hogar.

00:19:09

¿Qué te parece, Venecia?

00:19:13

Sí, es increíble y bueno, es tal cual, ¿no?

00:19:17

Desde lo de la agresividad hasta lo del hogar es así.

00:19:22

Y sí, esos edificios los construí pensando en un hogar, o sea, visualizándolo como un hogar.

00:19:29

Y bueno, justo esta semana, después de un montón de tiempo que no iba, estuve con mi papá y volví como con otra energía vital, ¿no?

00:19:40

O sea, estuve un rato y volví.

00:19:43

Sí, sí, me sentí muy bien.

00:19:45

Así que es un poco también como una forma de canalizar esa agresividad interna, como buscar esos espacios o esos momentos. Pero sí es cierto que está presente, que nunca supe bien por qué, pero bueno, ya habrá momento para indagar.

00:20:04

Porque ahora es simplemente, mira, mi invitación ahora,

00:20:08

lo primero que nosotros tenemos que hacer con la rabia es

00:20:11

buscar una figurita que represente la rabia, ¿vale?

00:20:14

Cualquier figurita, cualquier imagen, lo que tú quieras,

00:20:17

que represente esa rabia.

00:20:19

Luego que represente esa rabia, la colocas en un sitio

00:20:22

donde tú siempre estés trabajando, estés haciendo,

00:20:24

donde tú estés habitualmente.

00:20:25

Y todos los días vas a hablar con esa figurita,

00:20:28

oye, tú eres mi rabia, tal y qué sé yo, no sé qué, expresar eso.

00:20:32

Entonces, ¿qué pasa?

00:20:33

de esta manera estás validando tu rabia

00:20:35

porque el problema es que lo que hacemos con la rabia

00:20:36

que las mujeres que eran rabiosas

00:20:39

eran consideradas histéricas, entonces que acostumbramos

00:20:41

a guardarnos la rabia

00:20:42

a tragárnosla, entonces la idea

00:20:44

es aprender a expresar esa rabia y lo primero

00:20:47

que tenemos que aprender es a validarla

00:20:49

antes de poderla expresar, entonces lo primero

00:20:51

es sacarla afuera y conversar

00:20:53

todos los días con esa rabia

00:20:55

y cada vez que estás haciendo algo y te pongas

00:20:57

rabiosa, a mí me sirvió mucho, yo era muy rabiosa

00:20:59

y me sirvió mucho el

00:21:01

trabajar con esa rabia y tuve como

00:21:02

yo creo que es lo que más trabajo me ha costado

00:21:05

tuve como dos años con la figurita

00:21:07

de la rabia aquí

00:21:09

y representaba a alguien excluido a mi familia

00:21:11

entonces fue muy chulo

00:21:13

sí, está bueno, lo voy a implementar

00:21:16

sobre todo porque

00:21:18

con cualquier cosa que haga enseguida me frustró

00:21:20

rápido si no me sale

00:21:22

o si como que enseguida me agarra

00:21:25

exactamente

00:21:25

así que sí, lo voy a hacer

00:21:27

gracias

00:21:29

gracias a ti

00:21:30

vamos a ver otro

00:21:32

a ver a ver

00:21:34

creo que me enviaron por aquí

00:21:36

Gustavo Isabel

00:21:37

ya se los voy a compartir

00:21:43

Gustavo

00:21:44

yo aquí y ahora

00:21:47

copiar

00:21:51

y cuál es la otra

00:21:53

mira

00:21:56

allá más adelante que viene

00:22:00

voy a compartir

00:22:02

aquí

00:22:09

Gustavo yo aquí y ahora

00:22:11

esto es

00:22:14

algo que nosotros podemos hacer

00:22:16

en las sesiones con nuestros clientes.

00:22:20

Bueno, esto lo voy a dejar así porque está bastante bien.

00:22:23

Miren, es bien importante la estructura del cliente,

00:22:33

la estructura de la imagen.

00:22:35

Fíjense que yo aquí ahora estoy yo aquí centrado,

00:22:39

estoy en esta imagen.

00:22:40

Y aquí estoy a un lado de la imagen.

00:22:46

Nosotros dividimos esto en cuatro, ¿vale? Aquí se lo dividimos en cuatro.

00:22:53

Daño el dibujo de Gustavo. Divido esto en cuatro con una línea sumamente recta.

00:22:59

¿Vale?

00:22:59

Le pude haber hecho una línea directamente, pero bueno, ya, me gusta rayar.

00:23:03

Vale, entonces vemos que hay un espacio completamente de la imagen.

00:23:10

Y bueno, yo esto entiendo que es la playa y todo lo demás y ha dejado esta connotación.

00:23:14

Yo le voy a decir que es eso, ¿vale?

00:23:15

Entonces aquí por el contrario vemos que hay una figura totalmente centrada que está aquí con los pies, creo que tienen los pies, bueno no tienen los pies tan en el suelo, pero bueno tienen los pies en el suelo.

00:23:27

Hay algo aquí muy curioso que es la mano en el bolsillo. Aquí hay como en los trazos, hay como, fíjense, aquí pudiera decirse como más, así como en el de Venecia se notaba agresión, aquí se nota inseguridad que se puede convertir en agresión.

00:23:53

A veces yo puedo tener ciertas inseguridades que puedo parecer agresivo, entonces es oculto porque si observamos aquí, si nosotros observamos aquí vamos a ver que esto no está como completado, entonces eso significa ciertos rasgos de inseguridad, entonces hay cierta inseguridad.

00:24:22

¿Qué sucede? Que me intento expresar y me cuesta. La boca no está muy marcada, está como muy delineada la boca. Así como los ojos están muy marcados, la boca está poco delineada. ¿Qué vemos así? Bueno, que me está diciendo esto. Hay una parte de mí que todavía se oculta. Hay una parte de mí que todavía no se atreve a mostrarse.

00:24:45

Y entonces hay que ver. ¿Qué sucede? Que también tienes cinturón, ¿vale? Y este cinturón es muy característico, ¿vale? Cinturón es, hay una parte de mí que primero no se muestra y hay otra parte de mí que contengo, que amarro para que no salga porque si sale hay hay hay.

00:25:01

entonces es como

00:25:03

hay inhibiciones todavía

00:25:05

aquí hay una figura del árbol

00:25:07

cuando las personas dibujan árbol

00:25:09

sol y todo este tipo de cosas

00:25:11

bueno, es como conectado

00:25:13

con esa energía

00:25:15

puede ser una energía paterna, una energía familiar

00:25:17

que es muy poderosa

00:25:19

y estoy conectado con ella

00:25:20

hay una de las cosas interesantes que él hace

00:25:22

que dibuja un coche

00:25:24

está un coche aquí

00:25:27

entonces mi yo actual

00:25:33

qué tan

00:25:36

conectado está

00:25:37

con el mundo material

00:25:39

¿vale? hay como hay una parte

00:25:41

en ti que en este momento quiere conectar

00:25:43

con ese mundo material como sea

00:25:45

y pues nada

00:25:46

quiere como wow

00:25:48

concretar específicamente y eso está

00:25:50

muy chulo en este momento actual

00:25:52

¿cómo me veo a futuro? bueno

00:25:55

vale pues disfrutando

00:25:57

de esos objetivos logrados, fíjense que aquí

00:25:58

sigue con la historia del árbol

00:26:01

¿vale? que eso es como historia del

00:26:03

árbol, bueno,

00:26:06

pasa a,

00:26:09

es como ese apoyo ya

00:26:11

lo veo como fortalece y es como que si

00:26:13

en honor a estos lo hago,

00:26:15

algo así, ¿vale?

00:26:17

Pero ¿qué sucede? Entonces, ¿qué es lo que hago?

00:26:19

Con mi disfrute, con esa

00:26:20

vida que quiero hacer, entonces ¿qué es lo que

00:26:23

estoy haciendo? Estoy bendiciendo

00:26:25

a todos los que han estado

00:26:26

anteriormente. Fíjense que aquí esto es

00:26:28

disfrute, esto es como

00:26:31

abrirme al espacio.

00:26:33

que hay una parte en mí que también me llevo a disfrutar

00:26:37

pero me olvido de todo lo demás, entonces bueno, no sé, quizás habla de

00:26:41

añoras, quizás una jubilación, añoras, compartir

00:26:45

y salir, y lo entiendo, porque claro, si estás en Dinamarca

00:26:49

estás más bien solo, que bueno es poder viajar y poder estar

00:26:53

cuando tú sabes querido, entonces claro, eso es una añoranza, pero

00:26:56

aquí ya nos olvidamos de todo el mundo material, como aquí es tan importante y ahora estoy

00:27:00

tratando de concretar quizás para llegar a esto.

00:27:03

Entonces esto nos habla de en qué está y qué es importante

00:27:06

en este cliente ahora trabajar, ¿vale?

00:27:10

Para que pueda lograr eso.

00:27:11

Entonces aquí nos está diciendo, bueno,

00:27:12

estoy preparándome para un proceso de transición

00:27:15

donde al final pueda disfrutar, pueda compartir

00:27:17

y pueda enfocarme en lo que realmente es importante,

00:27:20

que hay un olvido total.

00:27:22

El serán es de este lado, un olvido total

00:27:25

a este mundo material, ¿vale?

00:27:27

A eso simplemente, bueno, le he hecho el dibujo

00:27:30

no hablan, no es que nada, disfrutando total y no mucho a este mundo material.

00:27:37

Entonces quizás por eso ahora estoy enfocado tanto en esto.

00:27:41

Entonces la idea es estar aquí sin mostrando todas las partes de mí

00:27:47

y sin apretarme tanto el cinturón como para inhibir algunas partes de mí

00:27:53

que no quiero que salgan.

00:27:54

Yo creo que lo más honesto es ser totalmente nosotros

00:27:58

para que cuando llegemos aquí

00:27:59

se le maraville todo esto

00:28:01

pero ser nosotros

00:28:03

donde sea, Gustavo que tal?

00:28:06

bien

00:28:08

el material

00:28:09

no hay donde dibujarlo y me lo dibujé

00:28:12

en la que dibujé la camiseta

00:28:13

en el pecho

00:28:16

el que? el euro?

00:28:18

si, si lo vi

00:28:19

lo vi pero aún así

00:28:21

lo otro es muy

00:28:23

muy relevante

00:28:25

pero bueno, también es el periodo

00:28:27

tu periodo interno, ¿vale? Ahora

00:28:29

estoy concretando, haciendo cosas y al final

00:28:31

deseo esto futuro y es lo que deseas

00:28:33

y lo que más te gusta hacer y eso no

00:28:35

está nada mal, además pues

00:28:37

simplemente hay personas que empiezan a jubilarse

00:28:39

y está genial que se empiecen a jubilar

00:28:41

Sí, y ahí el avión viajando

00:28:44

bueno, lo que tengo ocultado en este bolsillo

00:28:45

está aquí al lado mío

00:28:48

Genial, genial

00:28:49

pues saludo

00:28:51

Con gusto

00:28:54

Ahí leyendo también

00:28:55

Genial, genial

00:28:56

muy bien

00:28:58

vale pues nada, gracias

00:29:00

vamos a ver a Isabel

00:29:04

¿qué les parece esa herramienta chicos?

00:29:06

¿les gusta?

00:29:10

a ver, por cierto Ramón

00:29:13

tú hiciste tu figura

00:29:16

vale, me la compartes por aquí

00:29:18

la compartes en la cámara porque

00:29:21

así la puedo ver

00:29:22

la puedo sacar una fotografía

00:29:24

me voy a dejar de compartir esto

00:29:26

vale, vale, espera, déjame ponerte en grande

00:29:31

un momentito

00:29:34

voy a sacar para todos

00:29:36

déjame ver déjame sacar una foto de esto momento pero un momentito para una foto ya aquí yo actual

00:29:49

y ahora con el otro y este estudio futuro esto es súper bonito para trabajar con la persona

00:30:04

porque hay que no se cortó los pies no sé si tiene suelo o no no sé si tiene suelo no vale voy a

00:30:13

compartir otra vez que se está pareciendo esto lo conocías este ramón y no no pero me recuerdo

00:30:27

desde que se pusieron las fotografías y los dibujos me recordó lo que he visto en televisión

00:30:34

vayan de una serie que se llama el mentalista y así a través de las fotografías deduce muchas

00:30:42

cosas, de hecho hasta le dicen que es

00:30:44

psíquico y dicen, no, yo no soy psíquico

00:30:46

yo solamente observo

00:30:48

observo, exacto, exactamente

00:30:50

y los

00:30:51

como están ordenadas

00:30:53

las casas o el área

00:30:56

del crimen, en base a eso

00:30:58

observo muchas cosas y deduce

00:31:02

lo de las personas que vaya a su vida

00:31:06

vale, genial

00:31:07

piensa tú que estas figuras

00:31:09

ambas están como difusas

00:31:11

te das cuenta que están como difusas

00:31:15

No, se me hace que es la cámara.

00:31:18

Vale, vale.

00:31:20

Pero bueno, esta específicamente no tiene manos, ¿no?

00:31:25

Pues, según yo sí.

00:31:27

A ver, déjame la pongo atrás, acércale a las manos a ver si te encanta.

00:31:30

Vale, a ver, voy a ver que la veo.

00:31:32

Ah, mira, sí tiene.

00:31:33

Yo creo que mejor comparto la tuya, queda mejor que la mía, vale.

00:31:37

Queda mejor que la, claro, no sé, es la cámara que estoy haciendo.

00:31:40

Vale, difusa, vale.

00:31:42

Hay como un susto interno.

00:31:44

Bueno, primero hay una parte de ti que es en el cinturón, ¿vale?

00:31:49

Que también contiene una parte de ti.

00:31:52

No me atrevo a sacarlo completamente porque me asusta expresar todo eso que soy, ¿no?

00:31:58

Todo eso que estoy.

00:31:59

Hay una pierna que está más delgadita que otra.

00:32:01

Quiere decir que tengo un soporte más materno o un soporte paterno, ¿vale?

00:32:06

Quizás un soporte más...

00:32:09

Me he sentido...

00:32:11

De hecho, fíjate...

00:32:12

Sí.

00:32:12

incluso fíjate que el mismo brazo

00:32:15

es más grande que la misma

00:32:17

pierna, te das cuenta

00:32:18

el brazo y la pierna es lo mismo

00:32:20

más grande, segundo

00:32:22

estoy frenando una parte

00:32:24

de mí también, estoy frenando

00:32:26

algo que no quiero

00:32:28

y hay algo en general

00:32:31

que me asusta de la vida y no sé

00:32:32

qué es, porque fíjate que la cara que tiene es un poquito

00:32:35

de susto, entonces hay que revisar

00:32:37

qué es lo que te está asustando

00:32:38

de la vida, quizás esa

00:32:41

conexión tan fuerte con un lado

00:32:43

del sistema, ya está con mamá

00:32:45

con papá, con un lado del sistema

00:32:47

muy muy muy marcado

00:32:48

entonces quizás eso crea

00:32:51

cierto desequilibrio interno y entonces hay que

00:32:53

ajustar, entonces es

00:32:55

un punto bien importante

00:32:57

¿Cómo te ves a futuro? Ponme la otra

00:32:59

fíjate, hay una cara como de susto

00:33:01

y a futuro, de alguna manera

00:33:04

pues nada, te vas ganando

00:33:06

seguridad, te ves más seguro

00:33:07

pero ahora ocultas cosas

00:33:09

fíjate, sigues apretado

00:33:11

sigues como, uff, no soy capaz

00:33:13

de mostrarme totalmente

00:33:15

pero ahora oculto más, entonces futuro

00:33:19

entiendo que

00:33:19

tu situación actual, a veces hay

00:33:21

en tu país, todas estas cosas, a veces hay

00:33:23

muchas causas de miedo, que hay que sentir

00:33:25

miedo, luego te ves como más satisfecho

00:33:28

pero satisfecho

00:33:29

ocultando cosas y negando

00:33:32

partes de ti, porque ese

00:33:33

cinturón ajusta y ajusta

00:33:35

cosas que no quiero que salgan, entonces

00:33:37

Aquí es interesante observar detrás, si yo me quitaré ese cinturón, ¿qué salía?

00:33:44

Entonces es mi reflexión para ti.

00:33:46

Si yo me quito ese cinturón, ¿qué es lo que va a salir de mí?

00:33:50

¿Qué es lo que van a pensar los demás de mí si aflojo el cinturón?

00:33:54

Si realmente ya no estoy con ese cinturón.

00:33:59

¿Qué saldría de ti?

00:34:02

Y obviamente está claro que es un lado más fuerte que el otro.

00:34:06

¿vale? Pero principalmente

00:34:07

¿qué pasa si aflojo

00:34:10

el cinturón y ya lo suelto todo?

00:34:12

¿Qué saldría? Entonces aquí

00:34:14

por ejemplo el cinturón puede trabajarse como

00:34:16

un secreto que tienes

00:34:18

en la persona

00:34:19

para abordar ¿vale?

00:34:22

Entonces en sesión que le digo

00:34:24

yo, por ejemplo, puedo decir oye, imaginemos

00:34:26

ahora que te quitas el cinturón

00:34:28

¿qué pasa si te quitas el cinturón?

00:34:30

¿qué parte de ti sale? ¿qué parte de ti se

00:34:32

siente incómoda? ¿qué parte de ti se

00:34:34

molesta al quitarse el cinturón?

00:34:36

¿Qué te recuerda el hecho de sacarte el cinturón, por ejemplo, también? ¿Vale? ¿Te sirve? ¿Sí te sirve? ¿Sí? Pues te queda trabajito con el cinturón, ¿vale?

00:34:57

Vale, vamos a ver Isabel

00:35:08

Vamos a ver aquí

00:35:18

Mira al final

00:35:28

Comparto el de Isabel

00:35:29

Esto simplemente son maneras de diagnosticar

00:35:35

Para ver que podemos trabajar también con la persona

00:35:38

Entonces es una técnica más que pueden trabajar ustedes en sucesiones con el árbol

00:35:42

Vamos a ver aquí la de Isabel

00:35:47

Isabel, pues este que vemos en nuestro yo actual, bueno, que hay también intensidad, que hay como, uff, totalmente se está moviendo tu cimiento y te está haciendo como más fuerte.

00:36:00

Hay cierta agresividad también contenida, cosas que quieres expresar y aún todavía no me atrevo por estar con esa carita feliz, ¿vale? Estoy con esa carita feliz y no me atrevo a expresar aquello que realmente deseo, ¿vale?

00:36:14

Entonces, ¿qué añoras? Bueno, aquí hay que trabajar agresividad también con ella, como igual, lo mismo que le dije a Venecia, saca la figurita, colócala fuera y trata de conectar con esa agresividad.

00:36:31

No veo aquí como que hay separación del pecho.

00:36:35

Aquí está como todo tiene cuello, que esto es súper importante.

00:36:40

¿Y qué sucede?

00:36:41

Bueno, te consideras con esos pensamientos libres,

00:36:44

pero aquí hay agresividad condenada.

00:36:46

Entonces, ¿qué agresividad?

00:36:47

¿Qué está pasando en tu vida?

00:36:49

¿Qué es esa agresividad por allí reflejada?

00:36:53

Entonces, el mismo ejercicio para...

00:36:55

Vení, se tiene los pies bien centrados en el piso,

00:36:58

como, bueno, estoy bien colocada,

00:37:00

Pero, ¿de dónde viene esa agresividad? Quiero que ahora me está dando rabia y que no estoy atreviéndome a expresar del todo. Ahí está un poquito difusa esa rabia. No contacto con esa rabia y es súper importante contactar con ella para poder ser tú verdaderamente.

00:37:19

Es decir, tú, esta tú minimaliza que estás así, pero esta minimaliza todavía siente esto.

00:37:23

Fijense que esto es tan interesante.

00:37:26

Que esto, los dibujos incluso nos dicen dónde la persona está sintiendo síntomas corporales.

00:37:32

Y saber, hay que revisar cómo están tus piernas.

00:37:35

Porque seguramente estás sintiendo síntomas corporales en tus piernas.

00:37:41

Que den nota las piernas también nuestra capacidad de avanzar.

00:37:44

Entonces, ¿qué está pasando con eso?

00:37:46

y es rabia contenido, quizás es que me está costando avanzar,

00:37:49

quizás es que no sé exactamente por dónde es y todavía me cuesta avanzar

00:37:54

y esto me está generando rabia e incertidumbre.

00:37:58

¿Qué te parece, Isabel Macho?

00:38:03

Que me has clavado.

00:38:07

Sí, es esa rabia contenida del avanzar, entonces ahí estoy en mi círculo.

00:38:13

Vale, pero bueno, mira, yo creo que lo más importante para todos

00:38:18

y de verdad que ojalá se aprendan esto, chicos.

00:38:22

No hay nada más bonito que valorarse lo que hemos caminado.

00:38:26

Miren, de verdad, yo todos los días tengo que hacer un esfuerzo

00:38:29

porque yo soy como quiero todo para ayer.

00:38:32

A mí me pasa una cosa impresionante que quiero todo para ayer siempre.

00:38:36

Una cosa que pareciera, yo siempre he vivido como si la vida se me va a acabar rápido,

00:38:40

entonces toda mi vida ha sido así.

00:38:42

Entonces, ¿qué sucede?

00:38:43

de que nosotros tenemos que empezar,

00:38:50

como claro, yo siempre he vivido así como en el más adelante,

00:38:53

en el siguiente paso, next, next, next, next, next.

00:38:57

Y no, entonces, ¿qué pasa?

00:38:59

Que desconozco las cosas, el camino que sí he recorrido,

00:39:02

desconozco lo que he aprendido, desconozco lo que todo.

00:39:05

Entonces, eso es lo importante, ¿sabes?

00:39:07

Ir en el cada día aprendiendo de cada paso,

00:39:11

agradeciendo de cada paso que doy

00:39:12

y darme cuenta del camino que he recorrido.

00:39:15

Porque si todos los días yo me enfoco en eso que sí tengo,

00:39:19

en eso que sí he avanzado, en eso que sí he evolucionado,

00:39:22

miren, de verdad que voy a tener otra energía para todas las cosas.

00:39:26

Ahora sí, todos los días le digo, pero cómo es posible que no sigas

00:39:29

y que me machaque y me machaque, que cómo es posible que no sigas avanzando,

00:39:33

que ya tú deberías hacer, yo debería hacer ahora muchas cosas,

00:39:36

pero que da igual, a mí me importa lo que yo he hecho hasta ahora.

00:39:40

Y todo el camino que he recorrido, que he aprendido,

00:39:42

ha sido mi proceso, mi tiempo en Berlín

00:39:44

y eso es lo que yo tengo que aprender

00:39:46

para yo poder respetar a vos

00:39:48

yo tengo que respetarme a mí misma

00:39:50

y esto requiere

00:39:52

respeto de nosotros

00:39:53

el hecho de reconocer

00:39:56

mis avances, a mí me da

00:39:58

la sensación que un poco

00:40:00

lo que te está pasando es que no estás

00:40:02

reconociendo lo que avanza, reconociendo

00:40:04

de verdad lo que sí hace

00:40:05

lo que has hecho

00:40:08

wow, has hecho muchísimo y no eres

00:40:10

consciente de eso, que ya sé que todo lo

00:40:12

queremos para ayer, pero mira

00:40:14

has avanzado muchísimo

00:40:16

con piedras en el camino

00:40:18

con cadenas en el camino

00:40:19

con un montón de cosas, pero has avanzado

00:40:21

y por fin eres libre y no te estás

00:40:24

dando cuenta de toda esa libertad

00:40:25

que tienes, que ahora tienes esos brazos grandes

00:40:27

para recibir

00:40:29

entonces es directamente reconocer

00:40:32

Isabel, para ti el ejercicio es

00:40:33

todos los días

00:40:35

reconocer lo que sí has

00:40:37

hecho, no lo que te falta

00:40:42

todo aquello

00:40:44

todo aquello en lo que nos enfocamos se agranda.

00:40:47

Pero si te enfocas

00:40:48

en lo que no has hecho, ¿qué va a pasar?

00:40:51

¿Qué sigo sin hacer?

00:40:53

Vas a ser menos,

00:40:55

incluso vas a tener menos energía,

00:40:57

vas a estar rabiosa.

00:40:59

Agradezco todos los días,

00:41:00

wow, mira, hice esto, wow, hice tal cosa,

00:41:02

mira, qué bien esto,

00:41:04

tengo un mogollón de cosas,

00:41:06

y si pudiera machacarme,

00:41:08

me soltara todo los días, pero no,

00:41:09

pues simplemente, mira, he logrado esto,

00:41:11

he aprendido de esto hoy, he hecho esta cosa hoy,

00:41:14

hoy, pues mira, en el caso de esto, pues bueno, ya mañana

00:41:15

es otro día, genial, qué bien, me felicito

00:41:18

todos los días.

00:41:20

¿Sabes lo bonito que es felicitarte todos los días?

00:41:22

A no darte machacando

00:41:24

allí, dándole que te pedo.

00:41:26

Bueno, me sea amorosa contigo,

00:41:28

please. Gracias.

00:41:30

Ese es tu trabajo

00:41:31

y yo creo que te va a ayudar muchísimo.

00:41:34

¿Vale? Lo haré.

00:41:37

Genial, chicos.

00:41:38

Muchas gracias.

00:41:40

A ti. ¿Qué les parece este

00:41:41

trabajo con las imágenes?

00:41:43

para que ustedes vean todo lo que nosotros podemos hacer con las imágenes

00:41:48

con el árbol, ¿vale?

00:41:50

Esto es solo una manera, porque además de eso podemos hacer que la persona

00:41:53

dibuja la familia, entonces ahí en la familia vamos a analizar

00:41:57

dónde está psicobasada, quién, quién está adelante, quién está detrás

00:42:00

quién está más grande, quién está más pequeño, etc.

00:42:04

Se aplica todos los principios sistémicos.

00:42:06

O le puedo pedir a la persona que dibuje, por ejemplo,

00:42:09

que represente con una figura

00:42:11

su miedo, su angustia

00:42:15

su bloqueo

00:42:16

y entonces vamos a ver qué hace

00:42:18

esa persona en el dibujo y lo analizamos

00:42:20

de casa, ¿vale?

00:42:22

¿Qué les parece chicos, chicas?

00:42:27

¿Les gustan o no?

00:42:29

Sí, muy interesante

00:42:31

sí, sí, muy revelante

00:42:33

Vale, entonces

00:42:35

eso es para que no hay justificación

00:42:37

para no poder trabajar el árbol

00:42:39

con diferentes herramientas, ya les digo

00:42:41

porque no tienen que ser solamente con las figuritas,

00:42:43

con las fechas, tal y que se yo tienen.

00:42:45

Para trabajar con imágenes,

00:42:46

tienen para trabajar con fotografías,

00:42:48

tienen para trabajar con dibujos,

00:42:50

tienen para trabajar con tareitas,

00:42:53

configurando también el arte.

00:42:54

La idea es eso, que sea creativo,

00:42:56

que esas sesiones de asesoría sistémica

00:43:00

que sean súper impactantes para las personas.

00:43:02

¿Vale?

00:43:04

Sí.

00:43:05

Genial.

00:43:06

¿Qué nos llamamos hoy, chicos, chicas?

00:43:08

Tengo ahora la reunión con Ana.

00:43:10

¿Qué nos llamamos hoy?

00:43:13

he sorprendido eso de

00:43:15

de que estoy conectado con el mundo material

00:43:19

te has sorprendido

00:43:20

sí, sí, porque

00:43:21

o sea, si estoy buscando, sabes

00:43:23

el crecimiento y tal, y de verdad que

00:43:25

aunque el lunes me eché el látigo

00:43:28

después dije, pero bueno

00:43:29

todo lo que has hecho

00:43:31

que no te atrevías a hacer y todo lo que

00:43:34

ese par de videos

00:43:36

ahí que me costaron bastante

00:43:38

pero bueno

00:43:39

pero fíjense una cosa, Gustavo

00:43:42

el hecho de hacerlo

00:43:43

vas a ir encontrando tu propia hoja

00:43:45

esa es lo importante

00:43:47

cuando nosotros hacemos YouTube

00:43:48

si yo veo mi video desde el 2010

00:43:51

en YouTube, por favor

00:43:53

por favor

00:43:54

y todavía veo los del año pasado y digo

00:43:57

por favor, y así

00:43:59

entonces esta es la idea, ir mejorando

00:44:01

cada día, al final si lo haces todo

00:44:04

perfecto, te quedas el

00:44:05

rey del mambo y entonces

00:44:08

no aprendes

00:44:09

entonces la idea es que, bueno

00:44:11

ir aprendiendo y aprendiendo y notar tu evolución

00:44:14

eso está muy chulo

00:44:15

y felicitar

00:44:17

el sábado viene otro genial

00:44:19

si me felicito

00:44:21

vale genial, lo que tienes que hacer es grabar

00:44:24

los guiones cortitos

00:44:25

y que en un día ya sabía

00:44:28

ya les expliqué que los guiones largos

00:44:30

de redes sociales duran 30

00:44:32

segundos máximo

00:44:35

por dios

00:44:36

y entonces lo que tienes que hacer

00:44:38

es grabar guiones y los grabas todos

00:44:40

de una sola, entonces te grabas como 20

00:44:42

y tú tienes la ventaja que tienes un editor

00:44:44

que te los edita, no es como yo la pringadilla

00:44:46

que tengo que editar, bueno, estoy haciendo

00:44:48

un curso donde me editan algunos videos

00:44:50

90, pero

00:44:51

los que he publicado hasta ahora, todos los he hecho

00:44:54

yo creo que solamente uno de los que me

00:44:56

han mandado, los publiqué

00:44:59

pero el resto

00:45:00

los hago yo todos, entonces a mí

00:45:02

la pringadilla que le encanta hacer

00:45:04

todo ese tipo de chorradilla

00:45:07

entonces pues bueno

00:45:08

así que ánimo Gustavo y a darte ánimos

00:45:12

yo le daré también a Isabel

00:45:14

y saber que bien que lo hiciste

00:45:17

y es que yo creo que

00:45:20

todos, cada uno

00:45:21

estaba en su proceso, eso es lo que tenemos

00:45:23

que entender, miren, disfruten

00:45:24

disfruten el proceso

00:45:27

disfruten esa marcha, disfruten

00:45:29

sus errores, disfruten de equivocaciones

00:45:31

estoy haciendo algo y de repente pues no se grabó

00:45:33

y a mí me pasa, estoy grabando un video

00:45:34

y resulta que miércoles no había ascendido la cámara

00:45:37

y no lo ha grabado y estoy hablando

00:45:38

a lo bestia

00:45:40

entonces pues mira

00:45:41

pasa, entonces pues simplemente

00:45:43

respira profundamente, date la vuelta

00:45:45

y bueno, y a la prosión es

00:45:47

algo mejor, o sea que no tenía que ser en este momento

00:45:51

agradecerte

00:45:51

y estar conectado

00:45:53

con lo más grande

00:45:55

genial, gracias

00:45:57

Ramón, ¿qué te llevas?

00:46:00

bueno, pues bueno

00:46:01

de hecho

00:46:04

les comentaba en la serie, cuando yo veía la serie

00:46:08

me decía mismo

00:46:09

yo que quisiera saber

00:46:10

hacer lo que hace esta persona, ver las fotografías.

00:46:14

Y pues hoy estoy contento porque ya sé cómo se hace

00:46:18

y he experimentado desde fotografías, dibujos.

00:46:22

De hecho, en las imágenes de lo que estoy haciendo en el curso,

00:46:26

me di cuenta que cuando yo veo una imagen,

00:46:29

de hecho ayer hice un ejercicio, yo mismo vi una imagen

00:46:33

y me hice las mismas preguntas que me hacen.

00:46:37

y yo mismo me di

00:46:39

las autofrases de sanaciones

00:46:42

yo mismo las escribí y las repetí

00:46:44

¡Qué bueno!

00:46:45

¡Oye, genial!

00:46:48

Entonces siempre me había gustado

00:46:49

ese tema y bueno, pues agradecido

00:46:52

por ya tener ese conocimiento y

00:46:54

aunque es poco tiempo, pues considero

00:46:56

que es mucho lo que he aprendido

00:46:57

y me sorprendió lo del dibujo

00:47:00

del miedo, porque sí, pues

00:47:02

aquí en mi ciudad siempre vivimos con miedo

00:47:04

he visto cada aberración

00:47:06

y en las noches nos, a veces hasta con susto me despierto en la noche

00:47:11

cuando oigo que se están dando ahí balaceras con todo.

00:47:15

Entonces sí es muy acertado lo de que mi cara refleja justo

00:47:20

o algún tipo de miedo.

00:47:23

Entonces sería lo que me llevo el día de hoy.

00:47:27

Vale, gracias Ramón.

00:47:29

Maribel, ¿sí está todavía por aquí?

00:47:37

Creo que no.

00:47:38

¿Venecia?

00:47:41

Bueno, yo mucha gratitud como siempre con todos.

00:47:45

me encantó, a mí me encanta

00:47:47

lo simbólico, los dibujos, las cartas

00:47:49

todo, entonces me sirve muchísimo

00:47:51

y bueno, estoy muy

00:47:53

agradecida siempre, gracias

00:47:56

Ah bueno, otra manera que

00:47:58

aprendimos también es con las

00:48:00

cartas, hay diferentes tipos

00:48:02

de cartas y es súper potente

00:48:05

Isabel

00:48:07

gracias Venecia

00:48:08

y a conectar con esa rabia

00:48:12

Pues yo como siempre hay mucho aprendizaje

00:48:15

y solo hago este tipo de dibujos

00:48:17

contigo porque no había vuelto a dibujar desde la última vez, pero sí que esta vez el dibujo es muy diferente.

00:48:25

Qué bueno, ha evolucionado.

00:48:27

Sí, ha evolucionado mucho y es eso.

00:48:30

¿Reconoces?

00:48:32

Nunca me paro a pensar todo el camino que he recorrido desde 2017 hasta hoy, he recorrido mucho.

00:48:41

Nunca me paro a verlo, la verdad. Nunca me paro a mirar.

00:48:44

Claro, porque estás pensando en cuando llegues allá.

00:48:47

Sí.

00:48:47

pero claro, nunca terminas de llegar

00:48:49

porque es que siempre estás inconforme

00:48:51

entonces no

00:48:52

y ahí está mi rabia, mi frustración

00:48:54

es eso

00:48:56

claro, pero como yo voy a obtener algo mejor

00:48:59

si voy a esto con rabia

00:49:01

sino que simplemente no soy capaz de reconocer

00:49:03

esto, ¿vale?

00:49:05

al quien es capaz de reconocer y

00:49:08

apreciar lo que tiene

00:49:09

a ese se le he dado más

00:49:11

¿vale?

00:49:14

muchas gracias Luz

00:49:15

genial, pues nada chicos, muchas muchas

00:49:18

gracias por estar aquí

00:49:20

con el calor, con todo y pues

00:49:22

nada, nos vemos en la siguiente. Un besito muy grande

00:49:25

y pues nada, hablamos. Ya le diré cuando

00:49:26

suba esta clase que esté donde van a tener

00:49:28

la colgada. Besito.

00:49:31

Luz, tengo que comentarte algo.

00:49:33

Te envío un WhatsApp porque tienes prisa ahora.

00:49:35

Sí, tengo con el grupo

00:49:36

de Anae.

00:49:39

Vale, genial. Sí, me lo comento.

00:49:42

Genial.

00:49:43

Y yo también te lo mando

00:49:44

por WhatsApp.

00:49:46

Vale, vaya. Me asustan.

00:49:49

No, no, tranquila.

00:49:51

Vale, genial.

00:49:52

Es de la última, desde la escuela de terapeutas, es de la última reserva que he tenido.

00:49:58

Vale, genial. Ya me encuentro.

00:50:01

Chao.

00:50:02

Chao.