

6ª CASILLA FAMILIAR

LA FALTA DE

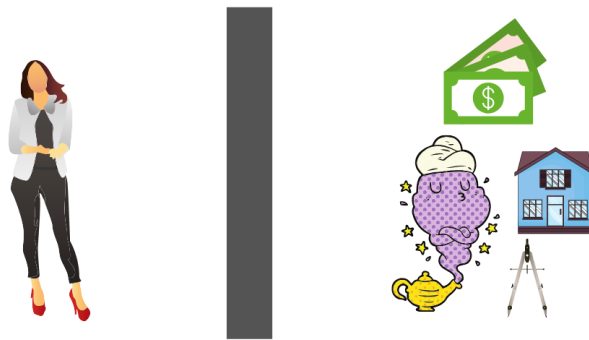
- Punta Blanca: COMPROMISO

Introducción

LA FALTA DE DINERO ES...

Algo que se interpone entre tú y el DINERO o entre tú y tu PROYECTO que es la herramienta hacia el dinero.

- Cada persona es diferente, por tanto interfiere de diferente manera. Hay que ver en cada persona cuál es su interferencia.
- Suele ser de índole:
 - ☐ personal (relaciones)
 - ☐ de pequeña (herida inicial)
 - ☐ Familiar o pareja (adulta o adolescente).



LA FALTA CONOCER TU PROPÓSITO O NO SABER SI ESTÁS EN ÉL ES...

Pasa igual; que algo se interpone entre tu propósito y tú. Tu proyecto.

- Puesto que el proyecto es la herramienta por el cual recibes el dinero. Por eso no sabes si estás en tu propósito.
- Normalmente, quien tiene esta duda o esta falta también la tiene con el dinero.
 - ☐ Una solución es CONSTELAR QUÉ O QUIÉN INTERFIERE ENTRE TÚ Y EL DINERO O ENTRE TÚ Y TU PROPÓSITO.



Vamos a ver cómo el cumplir tus objetivos puede afectar a tu vida.

¿Cómo cambiará mi vida?

¿Qué ganaré y qué perderé? ¿Qué cosas buenas tengo ahora? ¿Se pueden mantener?

Ganaré	Perderé

¿Qué tengo ahora que quiero seguir manteniendo?

¿Y mi familia? ¿Qué ganarán? ¿Qué perderán?

Si cumplo mi objetivo, ¿sigues teniendo la misma intención positiva que sin el objetivo?

Ejemplo: Beber alcohol. La intención positiva era relajar mis nervios para hablar en público. Al dejar de tomar alcohol antes de hablar en público ¿sigues relajada?

¿Qué más objetivos tienes en conflicto?

Si hasta ahora no has logrado tu sueño, proyecto o deseo ¿Qué crees que te lo ha impedido?

¿Crees que tu sueño, proyecto o deseo es una “fantasmada” o “alucine”?

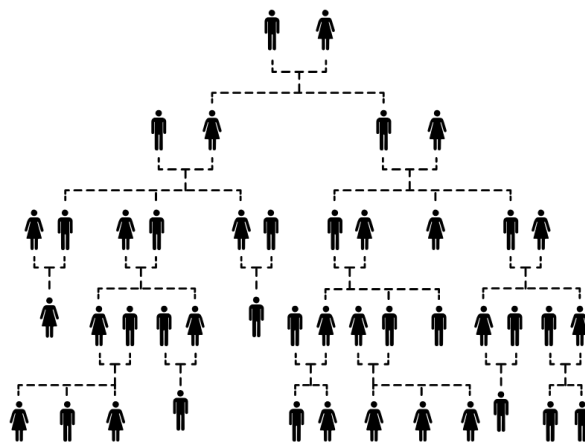
¿Te sientes capaz de conseguir todos los recursos necesarios para cumplir con tu proyecto?

¿Qué crees que puede fallar? Escribe todo lo que crees que pueda pasar durante el proceso.

ÁRBOL GENEALÓGICO

El recorrido familiar

- Sé consciente del recorrido familiar y en qué te afecta.



¿Qué se repite generación tras generación?

¿Qué campo; salud, dinero y amor, es el que más destaca en cuanto a carencia o falta de?

¿Qué patrones conductuales vas repitiendo?

CONSTELACIONES FAMILIARES SISTÉMICAS

¿Qué o quién te impide emprender?

- Son un método de **resolución y sanción** de conflictos que se enfoca en buscar el origen y la solución de estos conflictos en el **propio sistema** del consultante.
- Todos pertenecemos a un **Sistema** familiar , profesional , deportivo , social ...
- Se dice que el **70% de los problemas** que nos afectan a todos , **vienen de nuestra historia y relación familiar**.
- Esta terapia se diferencia de otras por su extrema **rapidez**.
- **El alcance** del trabajo no se limita a la persona que ha hecho su Constelación, sino **también a su**

sistema familiar.

- De la misma forma, afecta a los **participantes** del taller donde hacemos la constelación, **por resonancia** , nos están sanando sin que nos demos cuenta .
- Son una profunda y poderosa herramienta que te lleva a obtener **una mejor comprensión** de lo que eres, **de la forma de relacionarte** con tus padres, con tus amigos, con la abundancia y en general **con la Vida.**

EJERCICIO PRÁCTICO PARA TOMAR A LA MADRE / PADRE .

Coge dos hojas de papel en blanco . En una escribes **MAMÁ** y en otro **YO** o tu nombre.

Pon las hojas con los nombres en el suelo a una distancia mas o menos de un metro y medio o dos para que puedas tener espacio de moverte y avanzar.

Cierra los ojos y haz tres inspiraciones profundas.

Siente tu cuerpo, y date un momento para relajarte antes de comenzar.

Cuando lo sientas, **ponte en encima del papel que te representa a tí**, y respira .

Mira hacia el papel que representa a tu mamá, y **permite que afloren los juicios o emociones** que tengan que venir.

Conforme lo vas sintiendo, puedes expresar en voz alta aquello que te va surgiendo.

Intenta no entrar en la mente, expresar desde tu cuerpo, despacio, dejándote sentir.

Cada vez que expreses algo, respira, y **siente si quieres avanzar, dar un paso** hacia el papel que representa a tu mamá.

La idea del ejercicio es que **puedas avanzar hacia tu madre, a tu ritmo, conforme vas desprendiendo de los juicios y las emociones bloqueadas** o ancladas en el pasado.

Es importante que le hables desde tí.

Desde lo que tu sientes, desde lo que necesitaste, desde lo que te dolió, haciéndote responsable de tus emociones.

No te preocupes por el tiempo. No mires el reloj.

Hay quienes tardan 15 o 20 minutos, y hay quienes necesitan una hora.

No es importante ser rápida o lenta, **lo importante es que te estás dando la oportunidad de expresar**, de soltar, de transformarte.

Ya verás como la Aceptación y la Gratitud acaban por hacer acto de presencia, y sea como sea, **una parte de ti estará más conectada a la vida.**

NOTA. Este mismo ejercicio sirve para tomar al Padre . Sólo te pido que dejes pasar un tiempo prudente entre un trabajo y el otro.

Tú sabrás mejor que nadie cuando es el momento , porque las aguas se calmarán en tu interior.

Debemos dejar asentar la energía de uno para poder obtener la del otro .

Con Amor ... Esther Costa

Anota todo lo que sentiste en este ejercicio.

PARA, REFLEXIONA y ANOTA
No avances si no tienes las respuestas a estas preguntas



¿Qué crees que se repite en todas las generaciones de tus antepasados?

Escribe todo lo que veas que se va repitiendo en tu árbol genealógico. Salud, dinero y amor, en cualquiera de estos campos. Vamos a romper ese patrón.

¿Qué o quién te está impidiendo emprender?

Anota todo lo que haya salido en tu sesión de constelación familiar. Escribe todo lo que interfiere entre tu proyecto y tú, tu propósito y tú.