

Guía de Pasos de Sanación para Grupos de Práctica

1. Desmezclar = crea una gran energía/presencia del Self, conexión de parte a Self, pidiendo a las partes que den un paso atrás y comprobando lo abierto que está el corazón hacia la parte.

2. Construir una relación de confianza entre el exiliado y el Self (ralentizar el ritmo y comprueba).

- ¿cómo de cerca está la parte? ¿puedes acercarte más? ¿Cómo responde la parte?

- Envía cariño, compasión, curiosidad, apertura de corazón (cualquier cualidad del Self que aparezca) ¿Sabe la parte quién eres? Comprueba si es necesario

3. Testimonio

- Pide a la parte que te muestre/cuente cualquier cosa que necesite que sepas sobre el pasado

- ver escenas, sentimientos, sensaciones

- Consulta con el cliente (por partes): ¿Está bien este nivel de emoción?

- Pregunta: ¿Hay más?

a) Recuperación y repetición/experiencia correctiva

- pregunta si una parte está atrapada en el pasado
- en caso afirmativo, pregunta a la parte si desea acompañarte al presente
- si la respuesta es negativa, averigua el por qué (temores y preocupaciones de marcharse)
- Hacer que el Self esté con la parte en la forma en que la parte necesitaba a alguien cuando ocurrió (experiencia correctiva/"volver a hacer").

5. Descarga

- preguntar a la parte si está preparada para descargar emociones/creencias adquiridas a partir de sus experiencias

- si la respuesta es afirmativa, pide que descargue fuera del cuerpo y se la den al elemento (tierra, fuego, agua, luz, etc.)

- Si la respuesta es negativa, ¿por qué? (temores y preocupaciones) ¿Qué debe ocurrir primero?

6. Invitación

- Pregúntele a tu parte qué cualidades le gustaría incorporar, podría necesitar en el futuro, o que la carga ha dejado de lado.

7. Integración

- Invitar a las partes protectoras a entrar (las que dieron un paso atrás) para ver la parte sin carga ahora.

- ¿Qué les gustaría hacer ahora? ¿Una nueva tarea? ¿Dónde les gustaría quedarse?

8. Intención

- preguntar a la parte que ha descargado qué le gustaría del cliente en adelante, hacer un Compromiso de revisar a la parte para anclar el cambio en el sistema. Sólo comprométete con lo que vas a cumplir. O comprométete a trabajar con partes que te impiden seguir avanzando.

9. Agradecimiento

- Agradece a todas las partes