

PROCESO DE DESCARGA DE CARGA POR LEGADO

Fase 1: Preparación del Sistema

1. Identificación de la parte que tiene una carga por legado.

Reconocer la carga que parece heredada (total o parcialmente). Puede ser una emoción, una creencia, un síntoma o un comportamiento.

2. Desmezclarse.

Antes de continuar, asegurarse de que no esté mezclado con una parte de culpa, juicio o que quiere ser leal.

3. Consentimiento de todas las partes.

Preguntar a las partes si están dispuestas a permitir liberar esta carga.

¿Hay alguna razón por la que necesiten seguir llevándola?

4. Trabajar con los temores.

Explorar los miedos a soltar la carga:

¿Perderé conexión con mi familia?

¿Estaré traicionando a mi familia?

Fase 2: Abrirse al Campo Transgeneracional

5. Invitación al ritual.

Invitar simbólicamente al Self de los padres o ancestros relevantes, junto con todos aquellos que llevaron esa carga.

6. Ser Testigo.

Si alguna parte necesita ser vista, validada o reconocida antes de soltar la carga, brindarle ese espacio.

Fase 3: Descarga de la Carga

7. Entrega respetuosa de la carga.

Visualizar la salida de la carga del cuerpo hacia el ancestro correspondiente para restaurar.

8. Liberación en cadena.

Pedir que los ancestros también devuelvan esa carga a quienes se las transmitieron, hasta llegar al origen.

9. Entrega final.

¿A qué elemento le gustaría entregar esta carga ancestral?

fuego, tierra, luz, agua, universo...

Fase 4: Recuperación e Integración

10. Invitación de cualidades.

¿Qué cualidades desea recuperar tu parte?

Invitar esas cualidades desde el origen hacia la persona, pasando por la línea ancestral.

11. Chequeo de todas las partes.

¿Cómo está el sistema ahora? ¿Falta algo para cerrar?

12. Reconocimiento y agradecimiento.

Agradecer a las partes, a los ancestros y a los elementos simbólicos presentes.

Si tiene hijos...

Incluir al Self de sus hijos al principio del proceso.

Si están listos, pueden liberar lo que heredaron, comenzando el ciclo de sanación con ellos.

Al final, transmíteles las cualidades recuperadas.