



Constelaciones FAMILIARES

En una Constelación Familiar en Grupo, nos encontramos en un espacio de respeto y confianza. Todas las personas que participan se comprometen a **respetar la confidencialidad**, creando así un entorno seguro para el proceso terapéutico.

Ser **Representante** es permitir que, a través de nosotros, se muestre la información: estamos en silencio, centrados, esperando señales de nuestro cuerpo, nos movemos lentamente sólo cuando algo nos empuja, dejándonos llevar por un movimiento de reconciliación con lo hemos excluido, con la vida. **La RAÍZ del conflicto SALE A LA LUZ.**

En una Constelación en Sesión Individual, trabajamos de un modo similar a la grupal, utilizando figuras, visualizaciones u otros recursos terapéuticos adaptados a la persona.

EL **EFFECTO** de una constelación NO SE LIMITA A LA PERSONA QUE CONSTELA. Puede extenderse a TODO SU SISTEMA FAMILIAR. Con el tiempo se aprecian CAMBIOS internos, mayor EQUILIBRIO y sensación de PAZ interior.

PARTICIPAR EN UNA CONSTELACIÓN SANA

La ASISTENCIA a talleres como **Participante** (aunque no consteles), es una poderosa herramienta de sanación y crecimiento personal, ya que lo que vemos en los demás, está actuando en nuestro interior.

RECOMENDACIONES PARA DESPUÉS DE UNA CONSTELACIÓN

NOS ENCONTRAMOS MÁS SENSIBLES de lo habitual en los días siguientes a tu Constelación, ya que suele desmontar las imágenes internas, entrando en un estado de confusión por la carencia de las mismas. Las dejamos actuar, así aparecerán las nuevas imágenes surgidas.

DEJAR REPOSAR LA INFORMACIÓN RECIBIDA, el silencio y el descanso favorecen la integración del trabajo realizado. La constelación, una vez terminada se deja, se olvida incluso, para no interferir en los movimientos energéticos.

ACTÚA A UN NIVEL MUY PROFUNDO, provocando profundos cambios sistémicos y energéticos que tendrán lugar en tí, en los miembros de tu familia y en las personas que resuenan contigo.

DEJAR FLUIR LAS EMOCIONES QUE SURJAN, hasta que se vayan: se están liberando antiguas emociones reprimidas.

LA CONSTELACIÓN NO ES PARA SER ANALIZADA ni comprendida; sería hacer retroceder la energía en el momento en el que se desarrolló y reduciría la intensidad de la energía disponible para su resolución. Deja pasar un mes antes de hablarlo con alguien, ya que se está poniendo en marcha el movimiento de sanación.

EVITAR TOMAR DECISIONES DE FORMA INMEDIATA. Los movimientos internos continúan actuando y al cabo de un tiempo se reúne la fuerza necesaria para hacer lo adecuado y dar el primer paso. Sus movimientos necesitan de paciencia ya que será la nueva energía la que guíe y dará un giro a nuestra vida, de forma gradual y natural.



La Constelación no resuelve todos los problemas inmediatamente; la dirige hacia la solución.

CONFÍA.