



# PRÁCTICAS DE BIENESTAR

## PRESENTA

Una clase más con en el deseo de ayudar a descubrir lo numinoso y sublime en cada uno de nosotros.

# Taller Técnica de Liberación Emocional

La Técnica Profesional

Clase 3 - Pasos Esenciales del Tratamiento

Por Elena Parsons B. S.  
Psicoterapeuta, Consultora en Medicina,  
Terapias Alternativas y Sanación de  
Energía





# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

Mi nombre es Elena Parsons. En mi camino de aprendizaje encontré increíbles maestros, entre otros, fui estudiante directa de Carlos Castaneda y su grupo. Con ellos encontré magníficas técnicas de recuperación de la energía, de soltar el pasado y de reconectar con mi ser.

Soy Psicoterapeuta y estoy certificada en varias técnicas de sanación emocional, en nutrición, y en medicinas alternativas, utilizo técnicas de respiración y otros ejercicios para ayudar al desarrollo de conciencia y de un sano amor propio, apoyando en la tarea de resolución de traumas y otros obstáculos que no nos permitan avanzar en nuestro camino de evolución personal.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### PROGRAMA

- Las 6 clases del taller, intención, e inspiración.
- Meditación, práctica de silencio con posición física para la redistribución y fluidez de tu energía.
- Presentación de la clase e información para tu desarrollo intelectual.
- Ejercicios y prácticas para establecer el nuevo conocimiento.
- Si estas bajo el cuidado de algún profesional de la salud, por favor continua, la práctica de estos ejercicios son un apoyo no un sustituto.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### Intención

**"La causa de todas las emociones negativas es una interrupción en el sistema de energía del cuerpo".**

Este taller es creado con el intento de compartir los hallazgos del campo de la Psicología de la Energía y sus técnicas de sanación.

Estas técnicas se enfocan en la relación cuerpo-mente; pensamientos, emociones, sensaciones, comportamientos, y su relación con los sistemas bioenergéticos (meridianos y biocampo entre otros) para recuperar la continuidad de nuestros sistemas de energía y sanar a todos niveles.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

LAS 6 CLASES DEL TALLER:

Clase 1. Introducción; Repaso Técnica de Liberación Emocional y usándola para afirmaciones positivas.

2. Protección e Higiene de Energía.

**3. Pasos Esenciales del Tratamiento.**

4. Otras Técnicas de la Técnica

5. Interferencias Energéticas y sus Correcciones.

6. Presentando y Tratando Casos Reales



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### **Inspiración**



“La capacidad de saber que tus percepciones son precisas tiene que suceder sin la validación de los demás. La intuición no es el resultado de una dieta, rituales o campanillas de viento. Es la consecuencia natural de tener autoestima, el mayor poder que puedes tener. Con la autoestima, tu vida puede convertirse en una aventura porque puede saber en tu interior que puedes manejar lo desconocido. Y puedes ayudar a los demás sin miedo, esa es la verdadera liberación”.

Caroline Myss

# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### Inspiración

Caroline Myss cofundó una pequeña editorial, Stillpoint Publishing en New Hampshire, donde también trabajó como editora en 1983, comenzó a dar lecturas médicas intuitivas en 1982. Luego empezó a consultar con médicos holísticos que, en 1984, la llevó a una amplia colaboración con Norman Shealy, médico y fundador de la Asociación Médica Holística Estadounidense, con quien más tarde fue coautora de “SIDA: Ruta a la Transformación”, en 1987, seguida de “La Creación de la Salud: Las Respuestas Emocionales, Psicológicas y Espirituales que Promueven la Salud y la Curación”.





# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

Derivado de su práctica como intuitiva médica, comenzó a escribir libros, en el campo de la medicina energética y la curación, cinco de los cuales se convirtieron en los más vendidos del New York Times. Comenzando con “Anatomía del Espíritu: Las Siete etapas del Poder y la Curación” (1996), que superpuso siete sacramentos cristianos con siete chakras hindúes y el árbol de la vida de la Cábala para crear un mapa de la "anatomía energética" humana; esto fue seguido de “Porque la Gente no Sana” (1998), que exploró las razones por las que la gente no sana a través de su concepto de "heridología". Su siguiente libro, Contratos Sagrados: Despertando tu Potencial Divino” (2002) trató el tema de encontrar el "propósito de la vida", mientras describía los contratos sagrados como "un conjunto de asignaciones que nuestra alma formó antes de la encarnación".

Para el año 2000, dejó de hacer lecturas intuitivas médicas privadas y comenzó a enseñar cómo hacerlas a través de sus talleres, seminarios, programas de radio y visitas guiadas. Realiza giras internacionales como oradora sobre espiritualidad y misticismo, y vive en Oak Park, Illinois, cerca de Chicago.

# Técnica de Liberación Emocional

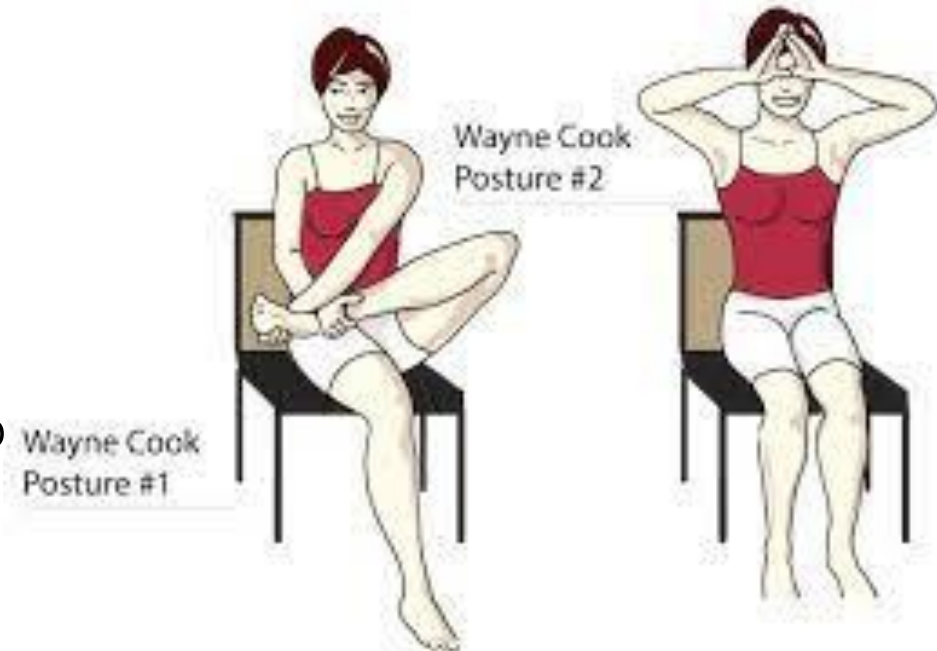
## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### Meditación

Ojos cerrados, sentados relajadamente, cuerpo erguido.

Respiración profunda 3 veces

Tomamos la posición de la izquierda de la ilustración, respirando profundamente y en silencio por 2-3 minutos, finalizamos formando un triángulo con las manos y llevándolas a la frente tal como lo indica la ilustración, un minuto.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### **Pasos Esenciales del Tratamiento**



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### Pasos Esenciales del Tratamiento

1. Protección de Energía (repaso)
2. Entablando la Relación
3. Reconociendo Perturbaciones Energéticas
4. Identificando el Problema a Tratar
5. Abordando las Objeciones
6. Hacer una Ronda de TLE
7. Evaluación del Progreso



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 1. Protección de Energía

#### 1. Protección de tu Energía 3 Pasos

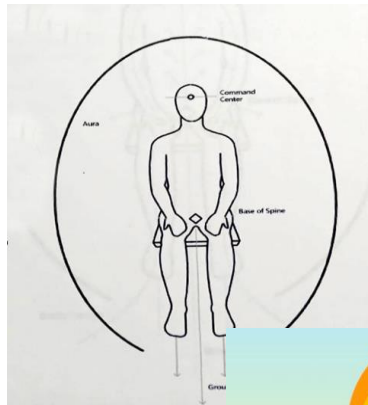
- Conéctate con la Tierra
- Crea consciencia del cuerpo
- Protégete, usa el ejercicio de la chamarra o el escudo de globos



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 1. Protección de Energía 3 Pasos



#### 1. Siente tu Cuerpo

Crea consciencia del cuerpo. Toca y repite, mi cara, mis manos, mi cuerpo, mis pies respirando y exhalando profundamente.

#### 2. Conexión con la Tierra

Conectando con el chacra basal y los pies a la tierra, imaginando una línea que va al centro de la tierra.

#### 3. Protección

Los globos protectores absorben o repelen energía. Repón los globos protectores tantas veces como sea necesario.

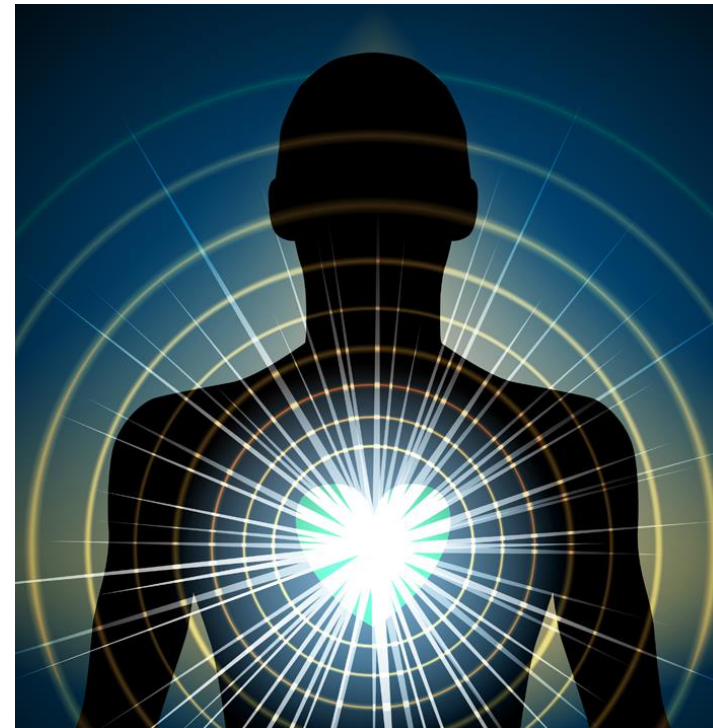
# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 2. Entablando la Relación

#### 2. Entablando la Relación

- A. Entendimiento y empatía
- B. Historial
- C. Señales ideomotoras



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 2. Entablando la Relación - Entendimiento y Empatía



#### A. Entendimiento y empatía

Esta es la mejor manera en la que puedes producir una buena relación con tu cliente.

Escuchar sin críticas ni juicios es muy importante. Recuerda que todos estamos en proceso de evolución.

También se consciente de **que no puedes ayudar a todos** y usa tu sentido común para aceptar o negar sesiones.

# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 2. Entablando la Relación - Entendimiento y Empatía

#### A. Entendimiento y empatía

Parte de la empatía es escuchar con atención esto es de primordial importancia, y es aún más importante al escuchar a alguien cuando trabajas **en línea** donde el lenguaje de cuerpo no es tan claro. Haz todas las preguntas que creas convenientes y presta mucha atención a sus palabras y emociones, comunícale con tu atención que está siendo escuchado y comprendido.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 2. Entablando la Relación - Historial

#### B. Historial

Parte de escuchar nos lleva a hacer una pequeña encuesta para saber acerca de su historia médica, si toma algún medicamento que pudiera estar afectando su comportamiento, cuáles son sus problemas físicos y lo más importante, que es lo que desea que sea el resultado de su visita.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 2. Entablando la Relación – Señales Ideomotoras

#### C. Señales ideomotoras

Lo que sentimos y pensamos es solo un porcentaje de nuestra consciencia y sabiduría. El subconsciente es accesible a través del cuerpo y nos puede dar una perspectiva del mundo subconsciente de la persona, además, cuando se pregunta al cuerpo de la persona se crea una colaboración entre ambas partes. Estas técnicas son ideales para cuando atiendas en persona.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

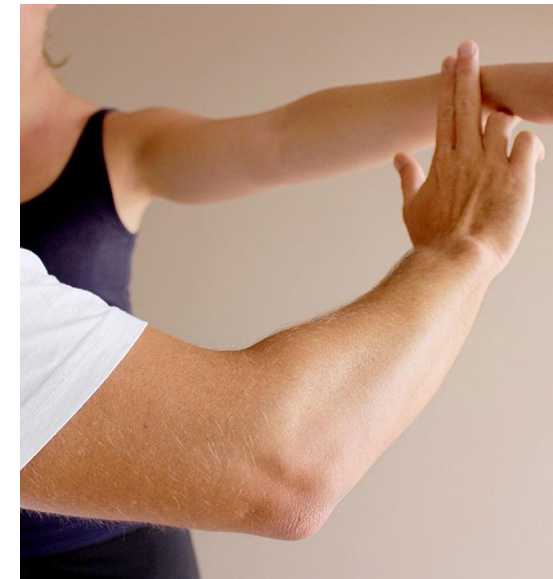
### 2. Entablando la Relación – Señales Ideomotoras

#### C. Señales ideomotoras

Prueba Muscular Básica, dale estas instrucciones a la persona.  
“Cuando sientas tus músculos relajarse, no pongas resistencia, no se trata de una prueba de fuerza”.

Buscamos la frase (especifica) a tratar y pedimos al sujeto sostener , el brazo, pierna, muñeca, dedos y aplica una fuerza mediana (unos 2 kilos) y nota si el musculo se sostiene en la presión o se suelta.

Al decir la frase, da unos segundos para que la información le resuene, pide que sostenga el musculo e incrementa la fuerza poco a poco.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 2. Entablando la Relación – Señales Ideomotoras

#### C. Señales ideomotoras

Otra manera se representa en la gráfica a un lado. Establece preguntando a tu cuerpo o el de la otra persona, cual es si y cual es no. Una vez establecido esto, practica las respuestas con preguntas sencillas. Puedes utilizar las mismas técnicas para preguntarte a ti mismo acerca de tus decisiones, retos y problemas.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 2. Entablando la Relación – Señales Ideomotoras



#### C. Señales Ideomotoras

Como en todo, podría haber inexactitud en la lectura de estas pruebas y eso se puede deber a factores como:

- La falta de confianza de parte de la persona o en ti mismo/a
- Mecánica incorrecta de la prueba (la practica hace al maestro)
- Interferencia energética

# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 3. Preparando el Biocampo – Perturbaciones Energéticas

#### 1. características de la perturbación energética

¿Como saber si hay problemas de tipo energético?

El sujeto puede presentar algunos de estos síntomas.

- A. Dificultades neurológicas
- B. Sensibilidades múltiples
- C. Dificultad para tomar decisiones
- D. Disociación
- E. Resultados inconsistentes

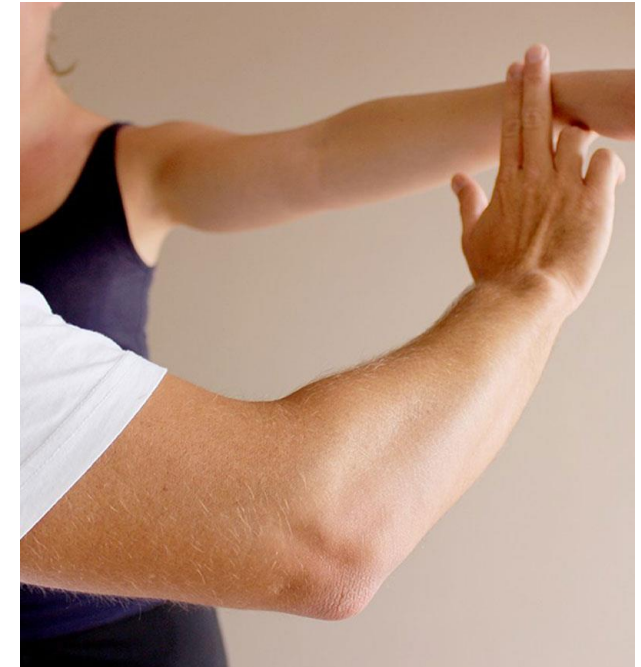


# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 3. Preparando el Biocampo – Perturbaciones Energéticas

- A. Dificultades neurológicas como falta de coordinación y cierto nivel de torpeza.
- B. Sensibilidades múltiples como alergia o síntomas de alergia.
- C. Dificultad para tomar decisiones y confusión crónica, deficiencia de atención, dislexia, dispersión.
- D. Disociación es un proceso mental de desconexión de los propios pensamientos, sentimientos, recuerdos o sentido de identidad.
- E. Resultados inconsistentes, a veces funciona, a veces no y objeción constante durante el tratamiento



# Técnica de Liberación Emocional

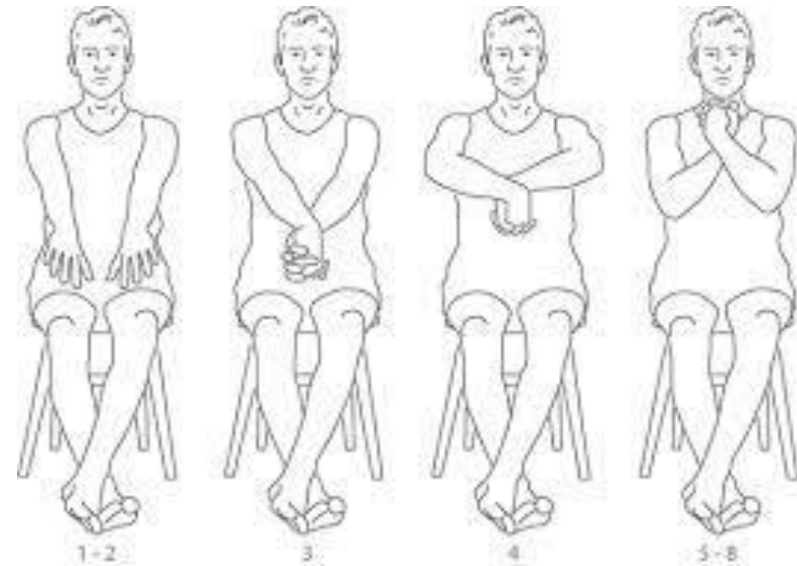
## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 3. Preparando el Biocampo – Perturbaciones Energéticas

¿Como ayudar a corregir cualquiera de estas interferencias?

#### 1. Posición de Hook (a)

Cruza el pie izquierdo sobre el derecho a la altura del tobillo. Extiende los brazos al frente, cruza brazo derecho sobre el izquierdo, gira las palmas y entrelázalas. Voltéalas hacia tu cuerpo, cierra tus ojos y respira profundo de 1 a 3 minutos.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 3. Preparando el Biocampo – Perturbaciones Energéticas

¿Como ayudar a corregir cualquiera de estas interferencias?

#### 1. Posición de Hook (b)

Es la misma posición que hemos hecho en la meditación.

Las 2 posiciones se pueden hacer de pie, acostados o sentados



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 4. Identificando el Problema a Tratar



#### Identificando la intención del tratamiento

1. Preguntar a la persona cual es la meta que quiere alcanzar
2. Confirmarlo con alguna prueba muscular
3. Refinar si es necesario hasta que la prueba muscular confirme.

# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 4. Identificando el Problema a Tratar

Identificando la intención del tratamiento.

Si no hay claridad en la meta, en lo que se desea en el tratamiento puede ser causado por la inhabilidad de comprometerse o a sentir y saber qué es exactamente lo que se desea. Recordemos que también puede ser interferencia energética.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 5. Abordando la Objeciones



En muchas instancias, aunque la persona dice querer librarse de algún problema de salud o emocional, habrá creencias subconscientes que le impedirán concretar el resultado deseado. Puede ser culpa, creer que no hay seguridad para otros si la meta se logra, o que no merece la sanación, o quizá sienta que no está listo en el momento, aunque pida ayuda.

# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 5. Abordando la Objeciones

Para ayudar a sobrepasar las objeciones hacemos trabajo de detective usando pruebas musculares. Para culpa o merecimiento preguntamos al cuerpo “si merezco sanar” y “no merezco sanar”, para saber si es el momento oportuno “es posible sanar esto ahora” Y “ahora no es el momento de sanar esto”, para preocupación por otros “hay seguridad para los demás si yo sano esto ahora” y “hay seguridad para los demás si yo sano esto ahora”, En estos casos sería importante y beneficioso hacer rondas de TLE para cada una de las objeciones encontradas.

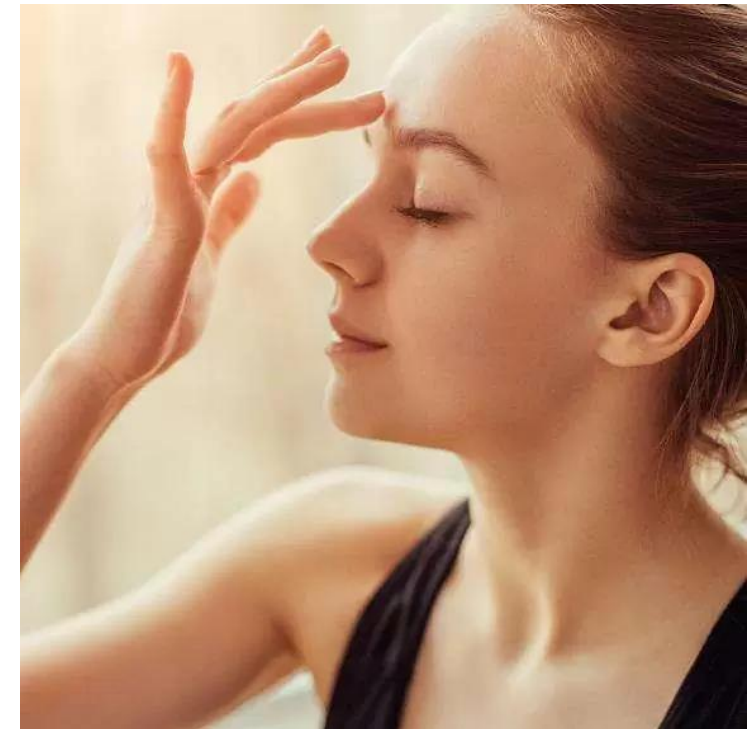


# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 6. Hacer un Ronda de TLE

1. Medir la intensidad del problema, escala del 0 al 10
2. Prepara la frase
3. Al terminar la ronda reevaluar la intensidad ajustando las palabras para reflejar cualquier cambio y usando palabras para describir el problema tal como está después de la ronda anterior. Aunque tengo esta\_\_\_\_\_ restante

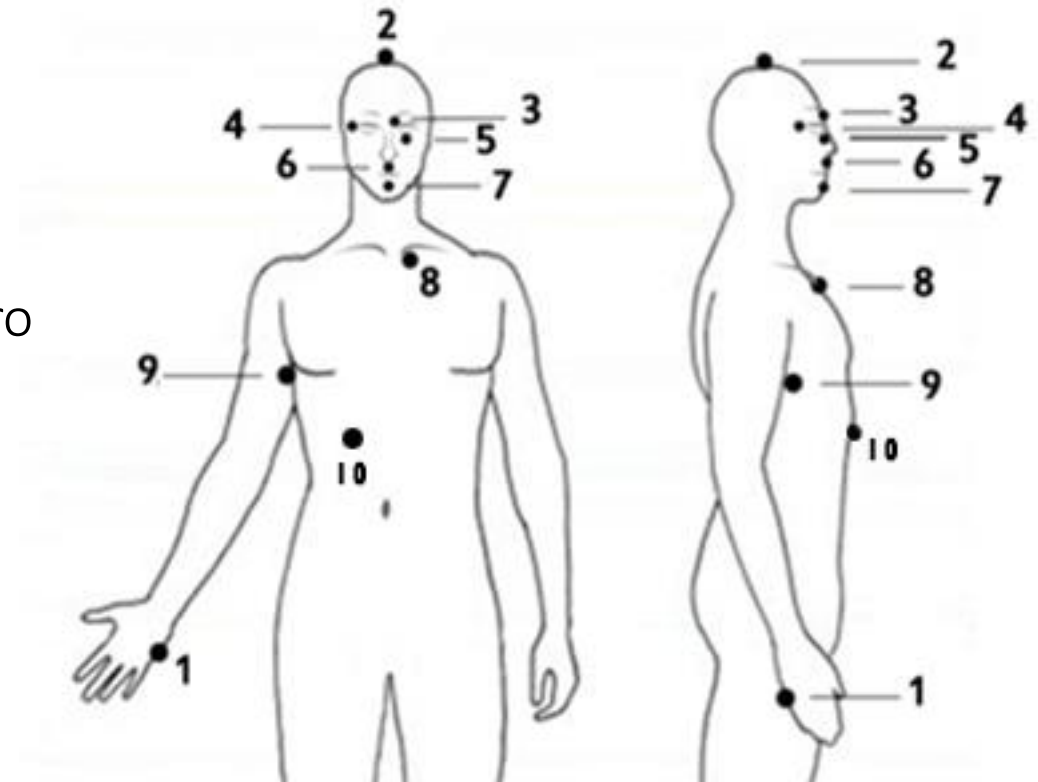


# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

Utiliza al menos dos dedos para tocar y sigue el orden que se muestra a continuación y en el diagrama de arriba.

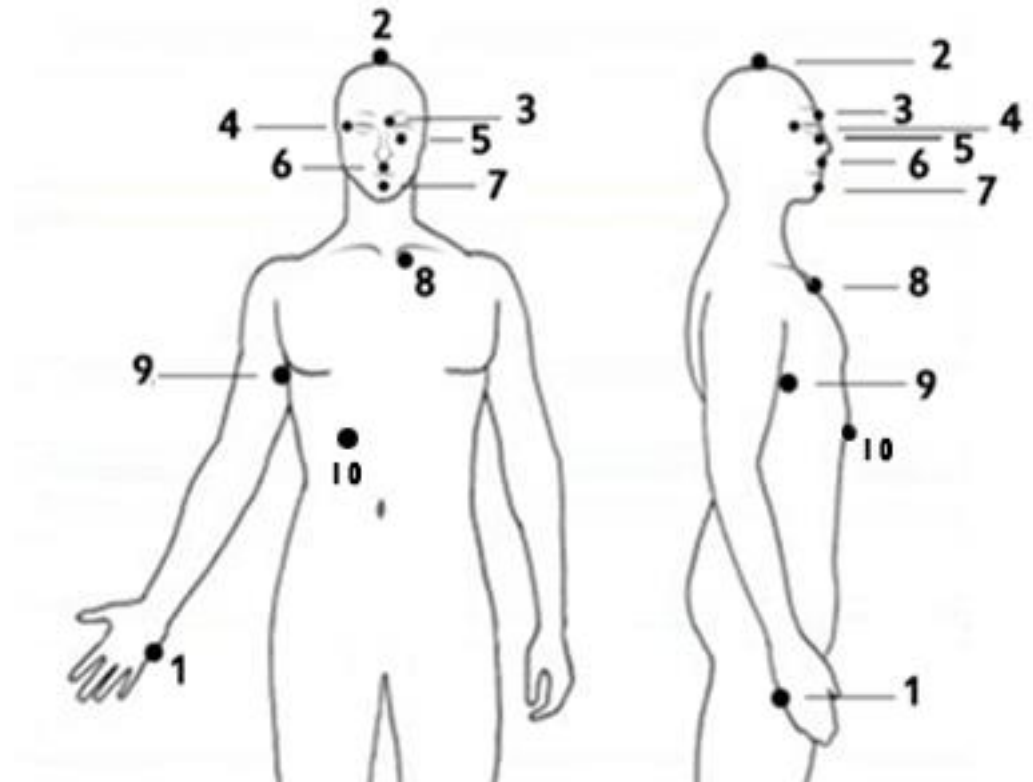
1. Golpe de Karate (costado de la mano)
2. Parte superior de la cabeza (en línea con el centro de las orejas)
3. Comienzo de la ceja
4. Lado del ojo, parte exterior
5. Debajo de los ojos (debajo del centro)



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

6. Debajo de la nariz (entre la nariz y el labio superior)
7. Barbilla (centro, entre el labio inferior y la barbilla)
8. Clavícula (1 "desde el centro del pecho, directamente debajo de la clavícula, a cada lado)
9. Debajo del brazo (4 "debajo de la axila a la altura del seno)
10. La última costilla siguiendo la línea del cuello



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 7. Evaluación del Progreso

Algunos posibles resultados:

1. Curado
2. Mejorando
3. Sin cambio
4. El problema se amplifica
5. El problema cambio



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 7. Evaluación del Progreso



1. Si está curado ya no habrá necesidad de hacer nada más.
2. Si ha mejorado se pueden hacer ajustes y si es necesario, continuar el tratamiento hasta lograr que llegue a cero.
3. Si no hay cambio tendrán que revisarse las interferencias energéticas y/o aclarar el problema a resolver.

# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### 7. Evaluación del Progreso

4. Si el problema se amplifica, quizá hayamos encontrado una abreacción o alguna interferencia energética. Continúa con el trabajo de detective en caso de interferencia energética y el tapping hasta bajar la intensidad (si es abreacción) también, si no hay éxito, considera el uso de otra terapia como por ejemplo el método Tapas o referirlo a algún otro sanador.

5. Si el problema cambio, se trabajara de nuevo enfocando en este nuevo acontecimiento.



# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3



### INSPIRACIÓN

"No asumas que la guía divina fluye solo cuando necesitas ayuda. La guía continúa fluyendo tengas o no problemas y trasciende problemas, angustias y traumas, fluyendo a través de sueños e inspiraciones.

Sin embargo, ya sea que la orientación llegue en momentos de tranquilidad o trauma, depende de ti tener el coraje de reconocerlo".

Caroline Myss

# Técnica de Liberación Emocional

## Pasos Esenciales del Tratamiento - Clase 3

### Bibliografía

"Anatomía de tu Energía" *Caroline Myss*

"Contratos Sagrados" *Caroline Myss*

"El Oro Interior; Psicología de la Proyección"  
*Robert A. Johnson*

"Balanceando el Cielo y la Tierra" *Robert A. Johnson*

"Trabajo Interior; Utilizando sueños e  
Imaginación Activa para crecimiento personal"  
*Robert A. Johnson*

