



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 4 - Otras Técnicas

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



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

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

Otras Técnicas - Clase 4

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

Otras Técnicas - Clase 4

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

5. Otras Técnicas de la Técnica

6. Presentando y Tratando Casos Reales



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

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

Otras Técnicas - Clase 4

Inspiración

“Aquello que buscamos también nos está buscando”.

Joe Dispenza

Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Inspiración

Joe Dispenza es un conferencista internacional, doctor en quiropráctica, bioquímico, neurocientífico, profesor, escritor e investigador estadounidense.

Ha viajado a más de 33 países para enseñarle a las personas a crear una vida más sana y feliz. Es conocido por su aparición en la película ¿Y tú qué sabes!?, y por ser autor de “Deja de ser tú” y “El placebo eres tú”. También es el protagonista de la serie de documentales.

Tuvo un accidente que lo paralizó causándole lesiones de varias vértebras, de lo cual logró recuperarse y volvió a caminar sin someterse a ninguna cirugía. Este accidente lo llevó a analizar e investigar sobre las capacidades del cerebro y, decidió estudiar medicina, neurociencia y bioquímica.



Técnica de Liberación Emocional

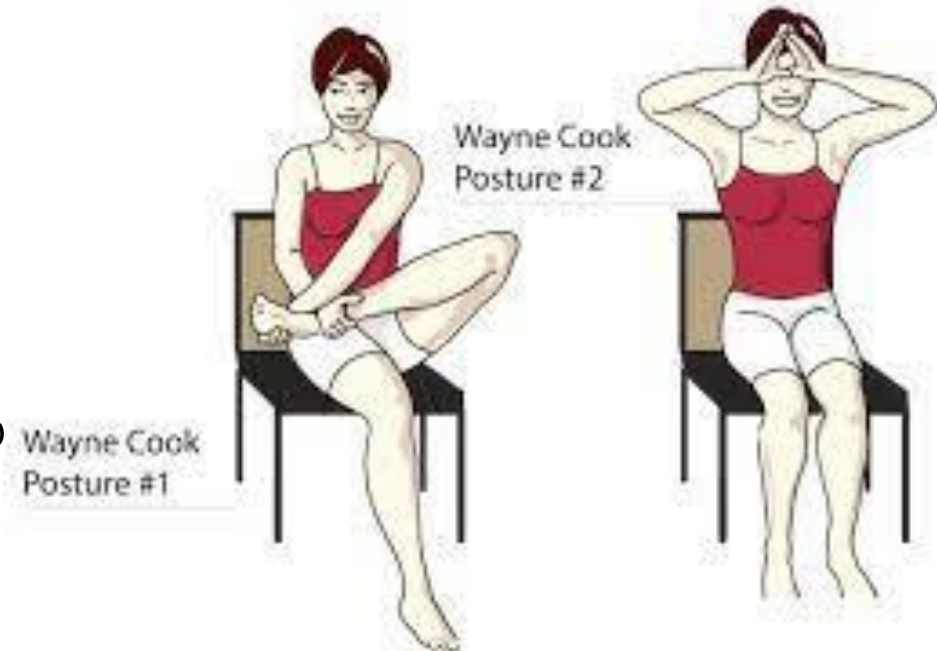
Otras Técnicas - Clase 4

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

Otras Técnicas - Clase 4

Otras Técnicas

1. Corrigiendo el Revertimiento Psicológico.
2. Chacras, Soltando Patrones Negativos.



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

**Corrigiendo el
Revertimiento Psicológico**



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Cuando nos encontramos con un cliente/persona que no le funciona el tratamiento, primero debemos revisar nuestros patrones. Si hacemos el tratamiento con duda, miedo, resistencia, etc., el resultado no será positivo.

Las soluciones serán, hacer una sesión para nosotros y soltar nuestras inseguridades y no ayudar hasta que estemos completamente seguros de que nuestro poder nos protege y no quede duda que lo que deseamos es el bien para los demás.



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

También puede haber las mismas dudas, interferencias e inseguridades de parte del cliente.

Para esto podemos pedirle a la persona que medite con nosotros unos minutos, la respiración calmante es una buena sugerencia.

Otra cosa es que el cliente puede estar deshidratado, así que asegurémonos que beba un vaso de agua en esos momentos.



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Otra interferencia puede ser electromagnética. Podemos pedirle que se quite joyería, que aleje su celular y que se aleje de cualquier aparato eléctrico.

Una corrección que ayuda será pedirle a la persona que piense en un ser amado mientras da golpecitos con el puño cerrado en el centro del pecho a la altura del timo y haga sonidos de risa, “ja ja ja ja” por un minuto más o menos.



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico



Otra corrección que se puede hacer para clientes o para nosotros es “Conectando el Ombligo”.

Pon tu dedo medio de cualquiera de tus manos en el ombligo jalándolo un poco y gentilmente hacia arriba y al mismo tiempo estimula los puntos (golpecitos o frotamiento) debajo de la nariz, debajo de los labios, de la clavícula, y pon presión en el coxis, respirando profundamente y repitiendo “Estoy guiada y protegida por.....” Hacerlo por un par de minutos.

Técnica de Liberación Emocional

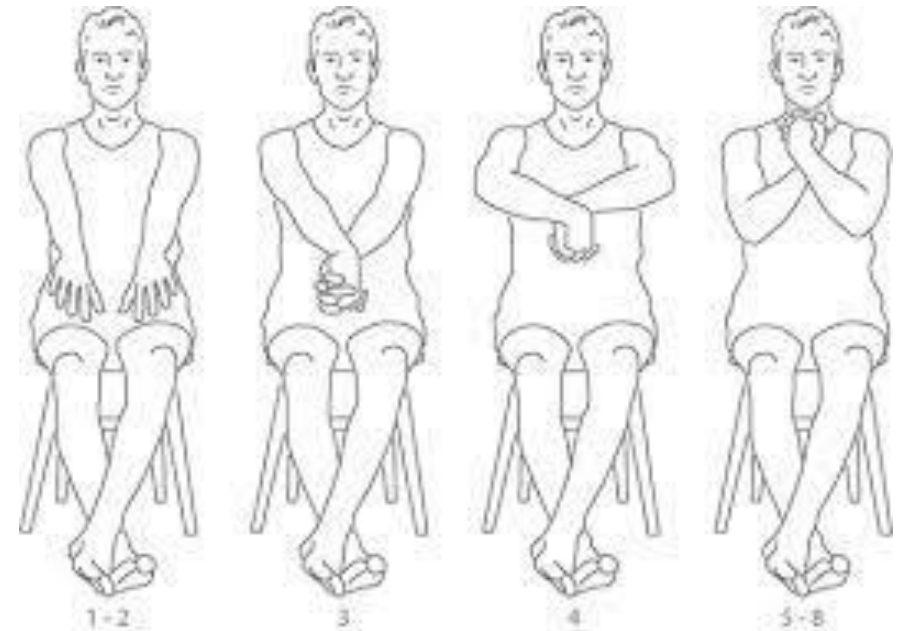
Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Otra corrección que se puede hacer para clientes o para nosotros es la posición de Cook: Cruzar el pie izquierdo sobre el derecho a la altura del tobillo.

Extender brazos al frente y cruzar la mano derecha sobre la izquierda, voltear las palmas y entrecruzar los dedos, retraer las manos cruzadas hacia el pecho.

Sostener esta posición por 3 minutos respirando profundamente.



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Y la otra Posición de Hook

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

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Si después de todo esto aún no hay resultado, vamos a tener que hacer un trabajo de investigación más profundo. Todo esto utilizando la prueba muscular. A continuación, vamos a ver la siguiente lista que nos servirá de guía y de resolución a las interferencias subconscientes.





Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Tipo	Probando Músculo, Pregunta	Tratamiento, Repite 3 veces	Acción
Permiso	“Me permito sanar este problema completamente” VS. “No me permito sanar este problema completamente”	“Me acepto completa y profundamente, aunque no me permita resolver este problema”.	Golpecitos en puntos, 7 y 1
Motivación	“Hare lo necesario para que este problema se resuelva” VS. “No hare lo necesario para que este problema se resuelva”	“Me acepto completa y profundamente, aunque no haga lo necesario para que este problema se resuelva”.	Golpecitos en el punto 1 y sobar RNL
Beneficio	“Sanar este problema completamente es lo mejor para mí” VS. “Sanar este problema completamente no es lo mejor para mí”.	“Me acepto completa y profundamente, aunque crea que resolver este problema no es lo mejor para mí”.	Golpecitos en el punto 7 y sobar RNL
	RNL Reflejo Neuro Linfático		



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Tipo	Probando Músculo, Pregunta	Tratamiento, Repite 3 veces	Acción
Merecer	“Merezco resolver completamente este problema” VS. “No merezco resolver completamente este problema”	“Me acepto completa y profundamente, aunque crea que no merezco resolver este problema”.	Golpecitos en puntos, 7 y 1
Seguridad	“Es seguro para mí y para otros que este problema se resuelva” VS. “No es seguro para mí y para otros que este problema se resuelva”	“Me acepto completa y profundamente, aunque creo que no es seguro para mí y para otros que este problema se resuelva”.	Golpecitos en el punto 1 y sobar RNL
Posibilidad	“Es posible para mí que este problema se resuelva completamente” VS. “No es posible para mí que este problema se resuelva completamente”.	“Me acepto completa y profundamente, aunque crea que es imposible resolver este problema”.	Golpecitos en el punto 1 y sobar RNL



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Tipo	Probando Músculo, Pregunta	Tratamiento, Repite 3 veces	Acción
Masivo	“Quiero ser feliz” VS. “Quiero ser miserable”	“Me acepto completa y profundamente, con todas mis limitaciones y problemas”.	Sobar RNL
Específico	“Quiero que este problema se resuelva” VS. “Quiero continuar con este problema”	“Me acepto completa y profundamente, aunque quiero continuar con este problema”.	Golpecitos en el punto 1 y sobar RNL
Mini	“Quiero que este problema se resuelva completamente” VS. “Quiero mantener parte de este problema”.	“Me acepto completa y profundamente, aunque quiero mantener parte de este problema”.	Golpecitos en el punto 1



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

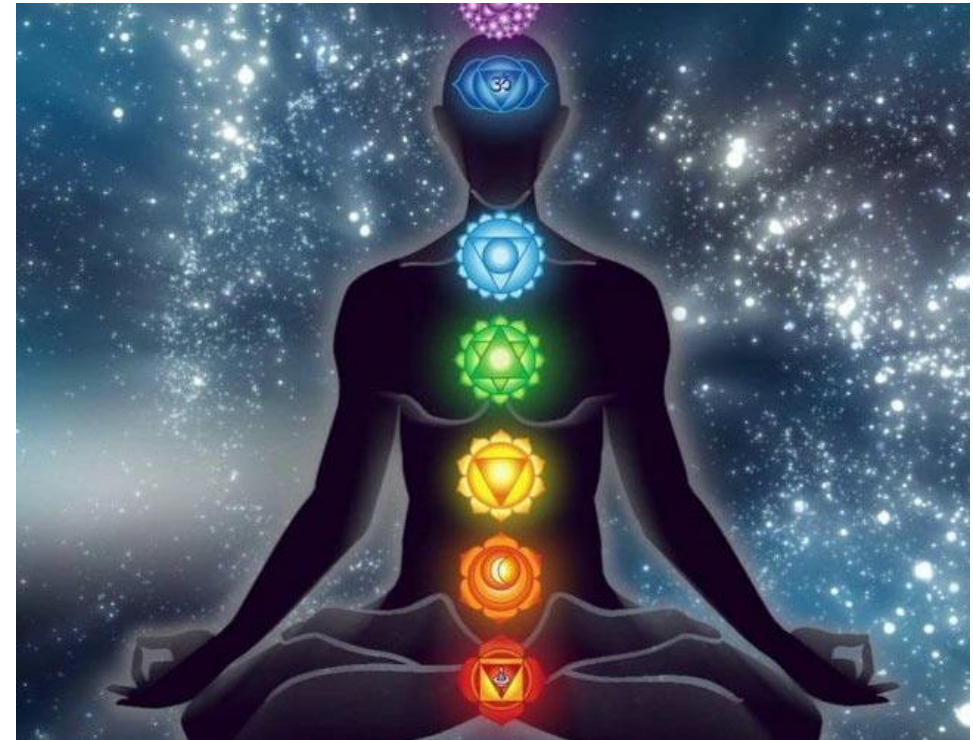
Corrigiendo el Revertimiento Psicológico

Tipo	Probando Músculo, Pregunta	Tratamiento, Repite 3 veces	Acción
Recurrente	“Quiero que este problema se resuelva completamente” VS. “Quiero mantener este problema”.	“Me acepto completa y profundamente, aunque este problema regresa constantemente”.	Sobar RNL y Golpecitos en el punto 1
Profundo	“Superare este problema” VS. “Mantendré este problema”	“Me acepto completa y profundamente, aunque creo no poder superar este problema”.	Golpecitos debajo de la nariz

Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

CHACRAS
Ayudando a Soltar Patrones
Negativos

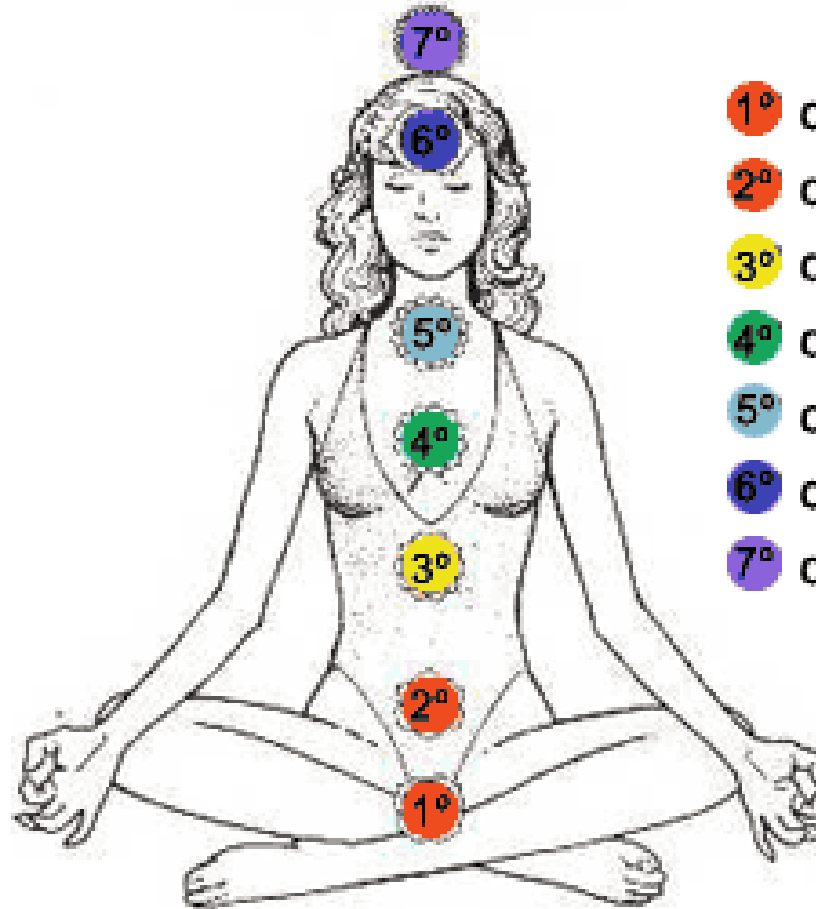


Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

CHACRAS

[Haz clic aquí para más
Información de cada
centro](#)



- 1º chacra = Básico
- 2º chacra = Sacro ou umbilical
- 3º chacra = Plexo Solar
- 4º chacra = Cardíaco
- 5º chacra = Laríngeo
- 6º chacra = Frontal
- 7º chacra = Coronário



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Centro	Glándula	Área	Función
1. Basal	Adrenales	Base de la columna vertebral, pies, piernas, perineo, intestino grueso.	+ Supervivencia, seguridad, la tribu, con los pies en la tierra. - Falta del deseo de vivir, dispersión, miedo e inseguridad
2. Sacral	Gónadas	Área genital, matriz, vejiga, espalda baja, riñones.	+ Sexualidad, creatividad, productividad, respeto al "otro" - Posesividad, culpa, miedo a perder el control o de ser controlado, celos viscerales.
3. Plexo Solar	Páncreas.	Estómago, intestino delgado y grueso, hígado, bazo, vesícula biliar.	+ Poder personal, auto estima, auto disciplina, valor, ambición, generosidad, intuición, decisión de hacerte cargo de ti mismo. - necesidad de aprobación, comportamiento narcisista.



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Centro	Glándula	Área	Función
4. Corazón	Timo	Pecho, brazos, manos, pulmones, corazón, flujos linfáticos y sanguíneo	+ Amor, compasión, perdón, empatía. - Envidia, enojo, resentimiento, celos y la inhabilidad de perdonar.
5. Garganta	Tiroides	Cuello, garganta, oídos, boca, hombros, sistema inmunológico.	+ Comunicación, expresión artística, la habilidad de decir nuestra verdad. - Petulancia, inhabilidad de escuchar o de hacerse escuchar.
6. Entrecejo	Pituitaria	Cara, ojos, parte baja del cerebro, base del cráneo.	+ Entendimiento, intuición, creencias, clarividencia, imaginación. - Confusión, ilusión, definir la verdad por un propósito egoísta.
7. Corona	Pineal	Parte superior del cerebro, Sistema nervioso central, biorritmo.	+ Conexión con lo divino, cumplir con el propósito personal, bienaventuranza. - Apatía, vacío espiritual, cinismo.

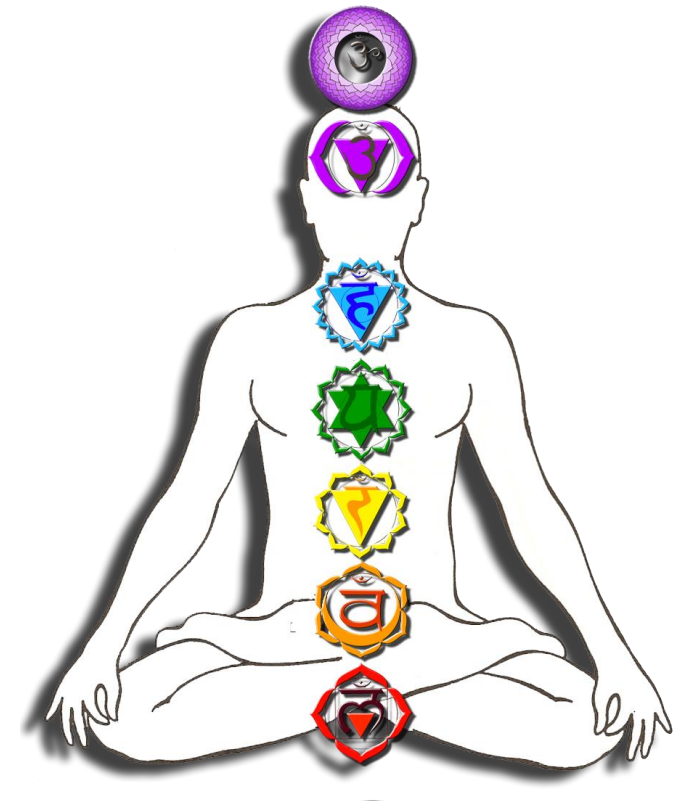
Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

SOLTANDO PATRONES NEGATIVOS

Giro de los Chakras

- Identifica el centro de energía que tenga el problema, preguntando al cliente directamente o utilizando alguna prueba muscular. También utiliza la lista. Recordemos el 1er paso que es, medir la intensidad del problema. Cuanto más específico seas acerca del problema, más fácil será notar el cambio.
- Haz que el cliente ponga las manos formando un círculo sobre ese centro y que se concentre en el asunto o evento problemático asociado con el sentimiento.



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4



SOLTANDO PATRONES NEGATIVOS

Giro de los Chakras

- Después, pide al cliente que gire sus manos en círculos contra reloj mientras repite la frase de sanación del problema, por ejemplo “suelto el miedo a la ruina financiera”.
- Después de este tratamiento el asunto puede haber desaparecido o si se necesita, el cliente puede continuar haciendo el ejercicio.

Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

INSPIRACIÓN

"La mejor manera de predecir tu futuro es crearlo, no a partir de lo conocido sino de lo desconocido.

¿Qué pensamientos quieres encender y conectar en tu cerebro? "

Joe Dispenza



Técnica de Liberación Emocional

Otras Técnicas - Clase 4

Bibliografía

"Deja de Ser Tu" *Joe Dispenza*

"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*

