**EL SINTOMA – LA EMOCIÓN ATRAPADA**

1. ¿En qué puedo ayudarte? (tomar nota)
2. ¿Qué es lo que tu alma necesita sanar? (tomar nota)
3. Tabla de emociones atrapadas

**INTRODUCCIÓN**

Vas a dejar descansar tu cuerpo allí, sobre el sofá, (silla, sillón, cama, etc.)

Muy bien.

Tomarás unas inspiraciones profundas y al momento de exhalar te irás relajando más y más profundamente.

Podrías darte el tiempo que necesites ahora, para dejar tu cuerpo allí. Sintiendo que, el sofá te recibe incondicionalmente y sin pedirte nada a cambio. Inhalando y exhalando lentamente y sintiendo que, en cada inhalación y exhalación, tu cuerpo se relaja más y más profundamente.

Podrías dejar descansar tu cuerpo allí, incluso podrías tocar el sofá y sentir que el sofá estará allí todo el tiempo. Igual que yo estaré aquí a tu lado, acompañándote todo el tiempo que dure esta experiencia, ayudando a tu alma a hacer el trabajo que vino a hacer.

En cada exhalación, tu cuerpo se relaja más y más profundamente.

Ahora bien,

Te propongo que recuerdes un momento feliz de tu vida como (……………)

Un momento de plena felicidad y alegría plena en tu vida presente. Un momento glorioso que te gustaría recordar.

Bien- Que está pasando….

*…y continuación proceder a conectar para sumergir al paciente en la escenta para activar todos los sentidos…*

*Vista, oído, olfato, tacto, gusto, emociones….*

*Todo con el fin de conectar con un color al que llameremos ¨el recurso¨*

Muy bien.

Hasta donde puedas, en la medida que puedas. Yo voy a contar hasta 3, y al contar hasta 3 compartirás conmigo tus sensaciones. Y yo estaré aquí para ayudar a tu alma a hacer lo necesario para sanar. Sin importar lo que haya pasado.

1,2,3… ¿Que está pasando?