

#### NOTA PARA EL LECTOR

este informe es de una cliente-amiga que estuvo trabajando un tiempo conmigo pero despues, se tomo unos años para ver otras posibilidades, volviendo conmigo en mayo de 2023 para seguir trabajandose con mi guía

informe de marta respecto a las sesiones del 12 y 24 de mayo de 2023

1

marta, este informe es para detallarte lo mas relevante que hablamos en las sesiones y recordarte algun aspecto que debes tener en cuenta

marta, para que no te choque excesivamente te explico que escribo con ciertos ajustes ortograficos por rebeldia. no pongo, por ejemplo, ni mayusculas ni tildes, ni muchos signos. sabes que una parte importante del crecimiento personal es ser flexibles y, sobre todo, tomar decisiones basadas en lo que cada uno siente, y esta manifestacion ortografica es parte de ello 😊

dicho lo anterior me pongo a resumirte lo que pudimos trabajar estos dos miercoles pasados. marta, contigo me sucede algo muy distinto que con el resto de clientes y es debido a tu **alta capacidad sensitiva**. al principio de las sesiones me quedo relativamente frustrada porque siento que no te estoy ayudando a liberar y despues, a traves de tus cambios, me doy cuenta de que si conseguiste liberar. creo que aunque llegado un momento si vas a liberar mas como yo te estoy enseñando, **ahora mismo, tal y como lo estas haciendo tu, es mas que suficiente, ya que en ti sucede que al darte cuenta de algo, al permitirte verlo, tenerlo delante, expresarlo... ya lo estas sintiendo eres una maquina de sentir y percibir, eres extraordinariamente sensible**, y esto es asi porque efectivamente las personas que son humilladas, maltratadas, acosadas vejadas... y que no han podido expresar, como has sido tu, han tenido que construir todo un mundo interior para sobrevivir y esto hace que sean altamente sensibles, como es tu caso. tu no solo no has podido expresar ante el agresor, que es lo que obviamente sucede cuando alguien permite que le humillen, sino que no has podido encontrar a tu alrededor personas con las que compartir tus sentimientos y emociones y, por tanto todo lo tuviste que albergar en tu cuerpo, de ahi los innumerables “problemas de salud” y dolores corporales. **quiero que sepas marta, que este informe no lo escribo sola**, ya que estoy muy intuitiva y canalizo cosas que no pondria yo, porque aunque las puedo ver asi tambien, no me atreveria a afirmar de un modo tan categorico. cuando digo que no las escribo sola es **porque las escribo canalizando a dios. por tanto, lo que hoy te exprese aqui te puede garantizar que es palabra de dios, no simplemente mia**

el primer miercoles estabas mucho mas afectada, emocional y sensible y trabajamos de forma casi exclusiva lo que te hacia sentir el director del coro y que estaba relacionado con la frase/creencia **lo vas a abandonar, al final lo vas a dejar, donde la palabra abandonar tenia para ti muchas mas connotaciones y vinculos**. te recomiendo que la

**sigas trabajando, que conectes con esta palabra y sigas liberando emociones asociadas.** para inspirarte te dejare un recurso donde hablo de la soledad emocional, y que tambien podras trabajar. unida a esta creencia venian asociadas expresiones como que

- *no vales*
- *no sirves*
- *no llegas*
- *no vas a llegar a nada*
- *nada, nada, nada...*
- *estar sola*
- *no existir*
- *ser invisible*
- *soy invisible, no existo*

2

y tambien estaba muy relacionado con tu madre y con rosendo, tu marido, el cual es al que te recomiendo trabajar primero. el primer miercoles me referiste que te decia expresiones como

- *tu no eres capaz*
- *no te pueden ni ver* (por tu familia)
- *has sido una cobarde*
- *no has exigido lo que es tuyo*

y todo en su conjunto te hacia sentir efectivamente que

- *no eres capaz*
- *estas enferma*
- *eres inutil*
- *que estas mal de los nervios* desde mas o menos los once años

con respecto a tu madre, me hablaste mucho del deber de hacer todo, de cuidar de todos, de llevarlo todo... te dije yo: *como la cenicienta...* y es que **tienes muy marcado el deber sin felicidad, sin amor, sin comprension, en total soledad, y siempre cumpliendo lo que tenias que hacer porque tu madre se imponia**

**pero hay una gran transformacion en ti, marta,** y que ya te comente en la propia sesion porque **tu ya te ves,** aunque recuerdas perfectamente lo que te estuvieron diciendo echando en cara, de forma constante, como la expresion que mencionaste, *empiezo y lo dejo*, tu misma te das cuenta de porque lo hacias, **que los que no comprendian eran ellos, que solo lo miraban egoistamente desde ellos (tu madre, tu marido).** ante la expresion *empiezo y lo dejo*, tu misma dijiste, *pero es normal, porque no estaba a gusto* eso denota que **al final, no solo estas pudiendo ser empatica con los demas, lo que siempre has sido, en exceso, por cierto, sino que comienzas a ser empatica contigo y a quererte y a priorizarte. eso es fantastico marta y es lo que hace que despierte tu rabia** pero como tambien te mencione, la rabia es fundamental en nuestras vidas, porque la rabia nos da la vitalidad para vivir. cuando la rabia esta unida al amor, la rabia es fuerza es creacion, es movimiento, es accion, es reivindicacion, es autodeterminacion, es

autoconfianza... cuando esta unida al odio, es destruccion. pero destruir tampoco es tan malo en nuestro caso, en el de las personas que hemos aprendido antes a amar a otros que a nosotras mismas, ya que ahora destruimos para reconstruir, es como quitar lo viejo, para limpiarlo y resembrarlo. ahi es a donde quiero que vayas, yo estoy yendo con alejandro y te puedo garantizar que nunca ha estado un hombre tan enamorado de mi como ahora. como le exprese a alejandro el otro dia, *a medida que soy mas sensible conmigo, puedo ser insensible contigo para ponerte los limites y poder reivindicar mis necesidades*. gracias a dios, alejandro comprende muy rapido porque se dedica profesionalmente a esto y se ha trabajado mas que la mayor parte de los hombres de la tierra, pero aun asi, he tenido que reivindicarme tan fuerte con el, que le he tenido que destruir, que parar los pies, que hacerle sentir humillado para poder despues, desde ver lo que hacia conmigo, desde ver a traves de si mismo lo que yo sentia, y tambien lo que habia en el que no era capaz de sentir, comprender que parte de el todavia quedaba dentro del machismo en el que todos hemos mamado, hombres y mujeres. te ire explicando esto con el tiempo

bueno, con respecto a la primera sesion, no fui apuntando todo porque entraste en una catarsis extraña, con mil recuerdos que te llegaban y expresabas, en apariencia inconexos, pero en ti muy conectados asi que, como te dije en el encabezamiento del informe, tu misma fuiste guiando tu propia liberacion. y es por esto que ayer te dije que **cuando superes el miedo a sufrir liberando, tu misma podras sanar y liberar todas tus heridas, porque sabes perfectamente como reconocer los espejos que te llevan a las emociones y a traves de las emociones buscar el vinculo con el pasado**, bien recordando escenas, bien recordando expresiones, bien recordando simplemente los sentimientos y emociones colapsadas. a medida que recorras este camino marta, te puedo prometer y **dios dice: y te prometo, que tu renaceras y viviras inspirando a otras personas con tu transformacion porque viniste a esta vida a inspirar y a ayudar a otros desde tu felicidad, desde tu sabiduria, desde tu amor y desde tu comprension**. y esto marta, lo escribo literalmente, tal y como me lo dicta dios para ti. *pero marta, sigue dios tienes que hacer caso a maria, y liberar hasta limpiar todo lo sufrido y como te dice eres mas que capaz, porque sabes exactamente lo que hacer, pero debes utilizar recursos para que a traves de lo que te hagan sentir puedas tener ese vinculo con el pasado y en ese sentido cualquier recurso es valido, y yo pondre constantemente estos recursos en tu camino, bien a traves de los talleres de alejandro, de las palabras de maria, ambos te aseguro son mis instrumentos para ti y para muchas otras personas mas de las que ellos son capaces hoy de sentir y creer, pero asi mismo estan todas las personas que cada dia se cruzan contigo, incluso el director de tu orquesta que tanto se parece a tu marido y a tu madre, y tus hijos, en especial tus hijos, que te recuerdan todo lo que tienes que sanar de ti misma para que ellos sientan la necesidad de sanarse a ellos mismos, esa es y sera tu gran motivacion, mientras no te quieras tanto como a ellos, porque deberas y conseguiras quererte mas que a ellos, te lo aseguro*

en la sesion de ayer miercoles 24 no hubo tanta profundidad emocional, me comentaste el percance con rosa, pero que digeriste muy rapidamente. en esto marta **no estas siendo suficientemente consciente de lo virtuosa que estas siendo con tu desarrollo**

personal, y es que otra de las razones por las que a dios y a mi nos gustaria que fueras al taller de alejandro es justo para que les inspires a los demas a probar sus talentos a experimentarlos tanto como lo estas haciendo tu, ya que te estas pudiendo ver y liberar a traves de ellos, y es que con este trabajo, mas el que aprendiste con la liberacion emocional y el trabajo espiritual al principio conmigo, y despues todo lo que viviste a traves de otras personas, muchas efectivamente vacias, artificiosas e incluso manipuladoras, pero siempre en un ambiente y mensaje de cercania, amor y comprension, dentro de la espiritualidad hoy entendida solo desde el plano del amor, el perdon y la gratitud, tienes todas las herramientas para ser la virtuosa, que te digo, de tu propia sanacion y liberacion. **con tu historia personal, con tu aspecto, con tu edad... esto resulta muy inspirador, marta, para personas que en principio parecen mas seguras de si mismas pero en el fondo no lo son, pero se parapetan tras su soberbia sin poder avanzar porque carecen de la desesperacion y la humildad que tu tuviste y la humildad que sigues teniendo.** este es el caso, ya ves, de nuestra amiga rosa, que efectivamente daria un riñon por deshacerse de su ansiedad y preocupacion, pero solo quiere estar en la que ella asume la luz, en la parte luminica, en la que asume espiritualidad, gratitud, amor, perdon. rosa no es tan soberbia, mas bien es puro miedo lo que tiene, como has tenido tu o tenido yo. de hecho, yo he sido mas soberbia que rosa, pero su ceguera no la deja prosperar mas, y es a personas como ella que debemos inspirarlas con nuestro cambio, y **tu cambio es tan espectacular que es magnifico marta, es como la cenicienta que se convierte en princesa o el patito feo en cisne, es impresionante.** se que tu todavia no lo ves, pero yo si lo veo, yo estoy alucinada con tu progreso, es increible, y sinceramente te lo mereces, no solo por haber sufrido sino **por tener la capacidad y la voluntad de superarte, la determinacion de buscar, de seguir de aguantar, de esperar, de soportar... no te puedo expresar con suficientes palabras la heroina que eres.** y se que estaras o riendote, con esa risa que me encanta escuchar o abrumada por mis palabras, o incluso rebelandote como sintiendo que no te las mereces, y te las mereces, te lo aseguro

bueno, continuo resumiendote lo que salio en el tiempo de trabajo juntas. mencionaste de nuevo el domingo en el que llegaste tarde y el director te echo la bronca delante de los demas diciendo que habia que ser puntuarles, formales y responsables. ahi es donde mas cuenta me di de todo lo que consigues liberar sin que a mi me lo parezca, asi que *chapó!* tu manera tambien es eficiente, ya que apenas quedaba residuo emocional de esto, solo ese rechazo a la obligacion. me comentaste lo de la cancion de *unha nai que se chama marta*, y como te removia, pero ya la estas usando para liberar, para darte cuenta de lo que te hace sentir de no ser esa madre perfecta y de lo que se considera la madre perfecta. asi que lo que yo quise trabajar y detecte, fue el vinculo de todo esto con rosendo, tu marido, y obviamente con tu madre. pero **es con rosendo con quien hay que empezar, primero por ser mas proximo cronologicamente y, segundo, porque nunca le has querido como a tu madre, a la que si has necesitado.** rosendo fue tu carcelero, como lo han sido la mayor parte de los hombres de esa generacion con sus esposas. han sido los dueños y señores de ellas, hasta que gracias a la muerte del franquismo, comenzaron las mujeres a liberarse y reivindicarse y no hemos parado y no

podemos parar hasta que haya una igualdad real, no solo una convivencia soportable. a este respecto me encanto que al final pudieras decir todo lo que dijiste de el, y todo lo que me contaste, porque se que tu con esto ya liberaste mucho, pero **te queda liberar mas profundo, porque te aseguro que tienes que conectar no solo con la rabia sino con el odio, con el rencor y con la ira de haber vivido sometida.** a este respecto te voy a escribir las expresiones que dijiste y fui capaz de apuntar para que las revises y veas cuanto te siguen resonando y emocionando, y puedas utilizarlas para seguir trabajandote. despues de esto te anexare a este informe varios recursos para que practiques y tengas por escrito lo que ya has utilizado tantas veces conmigo y tienes bastante interiorizado. rosendo te ha *obsequiado* con expresiones horribles como

- *calla!*
- *no dices mas que tonterias!*
- *ignorante*
- *inutil*
- *te engañan como nada*
- *haces mas caso a alguien de afuera que a mi*
- *para que me case?*
- *como te dejas engañar!*
- *que pasa? me tienes miedo?*
- *lo tuyo no es nada comparado con lo mio*
- *ellos tendrian que agradecerte... te han usado! te querran?*
- *algo estaran tramando*
- *la vecina lo hace, tiene interes por trabajar... tu tambien podrias hacerlo*
- *eso lo hago yo! (pero no lo hacia)*
- esto me lo expresaste de este modo y quiero dejarlo aqui tambien para comentartelo: cuando yo he hecho algo mal se lo he ido a mostrar, por ejemplo si he roto algo...
- algo que expresaste tambien es que la sensacion que te produjo fue la gran decepcion de haber esperado una mujer perfecta y haberte tenido a ti como esposa y madre, y esto esta muy vinculado con lo que te hace sentir la cancion...

**marta, se, porque yo tambien lo vivi, que esta forma de trato no te parece maltrato sino tosquedad. la sensacion que tuvimos las de nuestra epoca, y tu todavia tienes, es que tras esa tosquedad hay amor, pero no es asi,** y es tan simple como que alguien que no se ama no puede amar, y este es el caso de rosendo. Rosendo, como tantos y tantos hombres, es muy insensible, seguro que hacia el, pero sobre todo hacia ti. los hombres se han visto los propietarios de sus esposas, en la epoca del franquismo todavia era asi los hombres tenian la mayoria de edad antes que las mujeres, las mujeres eran responsabilidad del hombre, el era su cuidador, su propietario... y este es el trato que te pudo dar rosendo, marta. **por un lado parece que el es tu familia, tu mentor y tu guia el que te quiere, te avisa de los abusos que comete tu familia, y aunque son verdad y eso es lo que le refuerza a el como tu protector, no sabe transmitirtelos con sensibilidad y amor, sino todo lo contrario, con humillacion, haciendote sentir inutil**

fracasada, no querida, despreciada, cobarde, a la que pueden engañar, a la que pueden abusar, a la que pueden utilizar, manipular, etc. etc. si añadimos este menosprecio, esta humillacion, este mal trato, que se convierte en maltrato cuando la humillacion psicologica es una humillacion verbal con ira y visceralidad como tantas escenas que viviste y que todavia no me has contado, como digo, **si unimos este mal trato a tu dependencia emocional, primero hacia tu familia y despues hacia el, nos encontramos con *el síndrome de estocolmo*, donde sientes aprecio por tus verdugos porque generan tal sentimiento de inferioridad y falta de valia en ti y dependencia a ellos, que no puedes dejar de sentir esto, que la culpable eres tu, que el monstruo eres tu, que la errada eres tu y que efectivamente les traicionas**, como me estas diciendo ahora por whatsapp

marta lo voy a dejar aqui como informe. como te dije te voy a poner deberes, pero especialmente te voy a dar articulos y recursos mios para que interiorices que es lo que hay que hacer para sanar, para liberar, que ya lo sabes, pero no lo has podido leer como teoria para entenderlo en su totalidad porque yo no tenia antes estos recursos que ahora te voy a poder compartir. **tus deberes**

- **seguir como hasta ahora**, trabajando cada dia a traves de tu capacidad de autoobservacion, superacion y sacrificio
- **escribir, escribir, escribir... mil cartas a rosendo desde la reivindicacion, desde tu propia defensa y autodeterminacion, desde la rabia, desde el odio...** cuando te veas incapaz, **puedes utilizar lo que te hace sentir tu hija con su pareja**, de modo que te sientas mimetizada con tu hija y a traves de lo que jamas querrias y permitirias para ella, no lo permitas para ti y desde ahi le hablas (escibiendo) a rosendo... si te resulta dificil me comentas, pero creo que podras llevarlo bien

por ultimo, marta, tal y como te dije al final, haz como veas con el tema de pagarme. si vas al taller, que ojala vayas, porque ademas he hablado con alejandro y podrias ir en el coche con lali y carolina, y veras qué de espejos tendras en ellas con respecto a esto que ahora te toca trabajar, ya que ellas tambien, siendo tan jovenes con respecto a ti, estan viviendo relaciones de pareja muy cercenadoras. pues eso, si vas, le das el dinero a alejandro y si no, te dejo mi numero de cuenta. yo no tengo prisa 😊

9519 2080 0431  
8730 4000 4065 (Maria Garriga Domínguez – Abanca)

**nos mantenemos en contacto por whatsapp y/o telefono!**

**maria**