



APRENDE A HABLAR CON TU ANIMAL

CONECTARÁS PROFUNDAMENTE CON TU
ANIMAL Y SUS NECESIDADES



Amanaturis

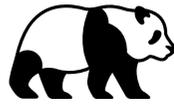
Documento Registrado en la PROPIEDAD INTELECTUÁL 2963-0932-TYH

Todos los derechos reservados. No se permite la reproducción total ni parcial de las imágenes o textos de este documento .El material puede estar registrado y protegido, además, por derechos de autor o de reproducción. La entidad gestora de los derechos de reproducción en España es VEGAP.

Copyright @Amanturis 2021

0. BIENVENIDA	6
1. Módulo 1: estableciendo las bases de la convivencia con un animal.....	7
1.1 Compartiendo mi vida con los animales	7
1.2 ¿POR QUÉ LLEGA MI ANIMAL A MI VIDA?	8
1.3 La importancia del nombre y el lenguaje	10
1. 4 Las bases de la convivencia ética y equilibrada.	11
1.5 Las expectativas mutúas	13
1.6 MI ANIMAL, MI MEJOR ESPEJO EMOCIONAL	14
1.7 El lenguaje de los animales.....	16
1.8 Entendiendo el mundo y las emociones a través de los ojos de tu animal.....	18
2. Mi animal como individuo, sus necesidades y las mías	22
2.1 ¿Qué es cosificar a un animal?	22
2.2 ¿Por qué no nos entendemos?	24
2.3 Recuperando nuestra animalidad para conectar.....	26
2. 4 ¿En qué consiste la maestría de los animales?	29
3. LAS EMOCIONES	31
3.1 El corazón como motor	31
3.2 Quitando todos los bloqueos.....	33
3.3 ¿Cuántas emociones soy capaz de identificar?	36
3.4 ¿Cómo se vinculan mis emociones a las de mi animal?	39
3.5 La coherencia cardiaca y sus beneficios en nuestro animal	42
3.6 Validando mis emociones y las de mi animal	44
3.7 Empatía real, conectando con las emociones de mi animal.....	45
4. PROTOCOLO DE comunicación animal	47
4.1 Las bases de la comunicación	47
4.2 Historia de la comunicación y desmitificación	48
4.3 Los hábitos en la comunicación con animales	49
4.3 Ética de la comunicación con animales.....	51
5. El cerebro y la comunicación	52
5.1 ¿Cómo funciona el cerebro de los mamíferos?	53
5.2 El cerebro límbico y las emociones	56
5.3 Nuestro sistema de creencias amigo o enemigo.....	58
5.4 CÓMO DESCODIFICA EL CEREBRO LA INFORMACIÓN A LA HORA DE COMUNICAR.....	60
5.5 LAS ONDAS CEREBRALES Y DESDE DÓNDE COMUNICAR.....	61

5.6 La importancia de la respiración para reducir el ritmo en las ondas cerebrales	64
6. EL PROTOCOLO EN LA COMUNICACIÓN CON ANIMALES	66
6.1 CONOCIENDO MI ENERGÍA	66
6.2 Atención e intención	67
6.3 Coherencia y simplicidad	69
6. 4 CONCEPTOS BÁSICOS DE LA COMUNICACIÓN en directo	70
6.5 COMUNICANDO EN MOMENTOS DE CRISIS	73
6.6 ¿Estoy comunicando o me lo estoy inventando?	74
6.7 CREANDO CÓDIGOS CON MI ANIMAL	76
7. La comunicación en las diferentes etapas de la vida de mi animal.	77
7.1 EL CACHORRO.....	78
7.2 ¿Cómo hago para que mi cachorro me entienda?	79
7.3 Las necesidades vitales del animal: cuidados físicos, emocionales y espirituales y cómo comprenderlos a través de la comunicación animal.....	81
7.4 La comunicación con animales senior.	82
8.- La comunicación en “problemas” de comportamiento	84
8.1 ¿Cómo distinguir si es un problema de comportamiento o un malentendido?	84
8.2 La importancia del chequeo veterinario	85
8.3 Llegando a acuerdos a través de la comunicación.	86
9. Acompañamiento a la muerte	88
9.1 La comunicación en el acompañamiento.	88
9.2 Las necesidades emocionales del animal y el humano.....	89
9.3 Despidiéndonos a través de la comunicación, los últimos mensajes.	92
9.4 La muerte súbita por accidente	94
9.4 La comunicación tras la muerte.....	95
10. Sanción a través de la comunicación con animales.....	97
10.1 CONCEPTOS BÁSICOS, el espacio sagrado	97
10.2 Registro emocional	98
10. 3 El cordón y cómo fortalecer el vínculo a nivel energético	100
10.4 la burbuja de protección.....	101
10.5 Cómo ayudar a los animales en momentos de crisis con la comunicación con animales.	102
10.6 Reprogramación y sanación de creencias con PNL y comunicación animal.	103
10.7 Las enfermedades y las emociones.....	105
10.8 FIN	105



0. BIENVENIDA

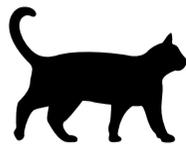
Bienvenid@ a este curso de "Aprende a hablar con tu animal", quería en primer lugar darte la ¡ENHORABUENA! Porque que eres realmente valiente, va a ser un camino precioso.

Lo primero es decirte que, esto es un espacio seguro, tómate esta lectura como un proceso introspectivo, busca los momentos más agradables donde puedas retirarte del mundo y sumergirte en estas palabras para encontrarles el sentido interno a cada una de ellas, cada letra, cada palabra es un refugio donde todas tus emociones están a salvo y también las de tu Animal, un lugar dónde vuestro vínculo se fortalecerá profundamente y nadie jamás juzgará tus emociones.

Eres valiente porque esto que lees te va a enfrentar a todas tus complicaciones y a todos los espejos que tienes con tu Animal. Pero te puedo asegurar que va a ser una experiencia muy enriquecedora, en la que mejorarás el vínculo con tu compañero y ya nada volverá a ser lo mismo. Porque cuando conectas con un animal, sobre todo con aquél que te ha elegido, un nuevo mundo de comprensión, empatía y amor se abre para vosotros.

Pretendo que esto sea un viaje, un viaje hacia un cambio de consciencia con tu Animal, y que a partir de ahí podáis tener una vida plena y feliz. ¿Me acompañas en el camino?

Vamos a por ello.



1. MÓDULO 1: ESTABLECIENDO LAS BASES DE LA CONVIVENCIA CON UN ANIMAL

1.1 COMPARTIENDO MI VIDA CON LOS ANIMALES

Este capítulo se llama así, porque realmente considero que es la base, estamos COMPARTIENDO experiencia de vida con animales. El concepto clave sería que somos una familia multiespecie, una familia donde cada uno de los miembros necesita ser escuchado en profundidad, para entender todas sus necesidades y que se pueda desarrollar como un individuo pleno.

Desde muy pequeña he sido consciente de que para mí los animales no son una posesión, me acompañan en mi día día y son un compañero más, en muchas ocasiones algunos de los más sabios que me encontrado en el camino, ellos siempre han sabido conectar con mis emociones, guiarme de manera sencilla a través de sus actos que son las lecciones más bonitas de vida que me puedo llevar.

Así que lo primero que te voy a proponer, es que cambies tu punto de vista esto va a ser fundamental para el desarrollo de toda esta experiencia, lo primero que tienes que hacer es ver a tu animal como un compañero, quizás ya lo estás haciendo, pero profundizaremos mucho más en ello.

Un animal es alguien que tiene su propia vida, sus propias necesidades y sus ilusiones.

Si hay una cosa que aprendí conviviendo durante varios años con bastantes gatos, en una casa en pleno campo donde ellos podían salir y entrar, teniendo su propia libertad; es que en ellos tenían su propia vida en el exterior, sus aventuras, otros amigos etc...y que esa parcela de su vida no me pertenecía.

De hecho, cuando intentaba comunicar con ellos si algún día se retrasaban en venir a cenar, me cerraban la comunicación telepática como si me acabaran colgar un teléfono móvil.

En ese momento comprendí que ellos compartían vida conmigo, pero que también tenían su propia vida. Así que no tenía más opción que respetarlo y aceptarlo tal cuál era. Por supuesto, eso no me dejaba exenta de cuando tenían algún conflicto ser la primera que iba a resolvérselo si ellos no eran capaces, dándoles todo el soporte de comida y mimos a su regreso a casa.

1.2 ¿POR QUÉ LLEGA MI ANIMAL A MI VIDA?

Quizás durante toda tu vida has creído en las casualidades, o puede que ya hayas llegado a ser consciente de que más bien son “causalidades”, esto quiere decir que nada ocurre sin un motivo, pero puede ser que no sepamos la razón, tampoco es realmente importante, como dice una buena amiga mía “lo que viene, conviene”.

Te voy a proponer un ejercicio; piensa en el momento en el que coincidiste por primera vez con tu compañero, vamos a viajar al pasado....

- * Recuerda la escena...¿dónde era? ¿Qué tiempo hacía? ¿Cómo era el espacio dónde se encontraba? ¿Cómo eran los olores? ¿Qué sonidos había?
- * ¿Qué te hizo tomar la decisión? ¿La tenías tomada de antes? O ¿fue en el momento?, ¿qué emoción te llevó a querer compartir vida con este animal?
- * ¿Qué emoción sentí cuando ví a mi animal por primera vez? ¿Me recordó a algún momento de mi pasado? ¿Qué recuerdo me vino a la cabeza de mi pasado?
- * ¿Cómo pensaba que iba a ser mi relación con mi animal? ¿Cómo me imaginé que iba a ser él?

QR CONOCER A TU ANIMAL

Está bien que después de desarrollar este ejercicio, apuntes todo en tu cuaderno, esto te servirá para analizar cosas a posteriori, recuerda que siempre vamos a analizar situaciones, nunca vamos a juzgarlas.

Pero es muy importante que seas consciente de tus emociones y motivos para convivir con ese animal, quizás quisiste hacerle feliz porque conectó con una parte tuya de soledad o abandono (no hay que alarmarse son algunas de las emociones más comunes que tenemos todos), o como un acto altruista y desinteresado.

Supongo que todos conectamos con el querer hacerles felices, pero a veces, en cuánto están en nuestras vidas decidimos por ellos lo que creemos que les puede hacer felices sin ni siquiera preguntarles, te dejo una pregunta para que reflexiones; en ese caso ¿estás escuchando sus necesidades de felicidad? O ¿estás queriendo que sea feliz a tu manera con respecto a tus expectativas de lo que es la felicidad?

Sé que los planteamientos y preguntas que te hago, quizás no las hayas valorado nunca, pero créeme que es importante saber de dónde vengo para saber a dónde voy y cómo gestionar mi camino con mi animal. Si sé qué emociones me llevaron a compartir vida con mi compañero, me resultará mucho más fácil identificar mis espejos, mis expectativas y a darle mucha más libertad emocional a mi compañero para ser feliz.

Tampoco hay que olvidar que cuando un animal llega a nuestra vida, exactamente igual que cuando llega una persona o una circunstancia concreta ocurre por un tema de resonancia, esto quiere decir que nuestra energía atrae cosas similares u opuestas para trabajar lo que necesitamos para equilibrar nuestra energía y seguir evolucionando.

Seguramente esto te hará pensar que tu animal llega a ti para enseñarte algo, y así es, pero ahora, pensemos un poco más allá, nosotros también estamos en la vida de nuestro animal, con lo cuál su alma también tiene resonancia, y aunque ellos tienen un aprendizaje mucho más profundo de muchas cosas por el simple hecho de no haberse desconectado de su animalidad y del mundo tanto como nosotros; tienen un aprendizaje pendiente con nosotros.

Muchas veces pensamos que ese aprendizaje tiene que ser algo “muy profundo” y buscamos en las comunicaciones con nuestro compañero, grandes lecciones “iluminadas” como de guías espirituales, la realidad es, cómo veremos más adelante que ellos son grandes maestros del hacer y su capacidad de hacernos espejo de las situaciones de nuestra propia vida hace que ya nos estén enseñando mucho más que cualquier mensaje que nos puedan dar simplemente como consejo, esa profundidad de mostrar la realidad de mis luces y mis sombras en la convivencia es el aprendizaje más potente si realmente estás abierto a la escucha.

1.3 LA IMPORTANCIA DEL NOMBRE Y EL LENGUAJE

Lo primero lo que querría hacer hincapié, es la importancia del lenguaje y las palabras, te explico por qué. No sé si has oído hablar de los estudios de Masaru Emoto, o quizás te suene más “La memoria del agua”.

Seré breve, porque para tener más información siempre puedes buscar en Google, y no me interesa rellenar líneas de manera superflua, en resumen, Masaru Emoto descubrió que el agua cristaliza de manera diferente dependiendo de las vibraciones a las que estaba sometida. Estas vibraciones podrían estar producidas por música o por palabras en concreto, por eso siempre suele insistir tanto en la importancia de las palabras que usamos con nuestros compañeros animales y en el nombre que le ponemos.

Todas las palabras tiene una resonancia y una vibración, pero no solo eso, también la intencionalidad con la que las pronunciamos generan modificaciones en las ondas del espacio y en el agua de los cuerpos.

Recuerda siempre, que una de las cosas más potentes que tenemos es la intención; pero espera, esto no quiere decir que simplemente con una intención y sin ningún tipo de acción se pueda realizar ningún tipo de modificación en el entorno, pero si va a ser la semilla sobre la que vamos a ir generando nuestras propias acciones, y esto siempre será el primer paso.

Lo primero es tener un lenguaje respetuoso hacia el vínculo con nuestro animal, esto aunque te parezca una tontería comenzar a sembrar a nivel inconsciente una nueva manera de ver la relación con tu compañero.

Por lo tanto, las primeras palabras que vamos a erradicar de nuestro lenguaje van a ser “dueño” y “amo”. Estas dos palabras generan a nivel subconsciente la sensación de que el Animal es una pertenencia, aunque no lo sintamos así en un plano más emocional, la realidad es que ser dueño o amo automáticamente cosificado a aquello que “nos pertenece”.

Tampoco uso la palabra mamá o papá, ya que nuestro Animal no se refiere a nosotros de esa manera y eso a nivel inconsciente genera la sensación de que el animal es un niño de unos 4 o 5 años que tampoco puedo decidir por sí mismo y del cual necesitamos tomar la riendas de su vida.

Y por supuesto, “líder de la manada”, ese término por desgracia muy introducido a nivel televisivo ha hecho mucho daño. En el reino animal dentro de un mismo grupo no solamente hay un líder de la manada, puede haber uno hembra y uno macho, y en grupos de herbívoros hay un líder por cada tarea necesaria para la supervivencia del grupo, uno que

dirige, otro que busca agua y alimento, otro que protege y da la voz de alarma del grupo etc...

Entre ellos sí puede haber cierto liderazgo, pero es un liderazgo bien entendido, no se trata de imponer mi voluntad por puro ego, ese es el liderazgo mal entendido que tenemos los humanos. Un buen líder hace lo mejor para el grupo aunque eso suponga un sacrificio para él mismo, además de que posee un control emocional consciente y equilibrado para sostener el grupo. ¿Comprendes la diferencia?

Te propongo en su defecto que comiences a usar la palabra **responsable**.

Aunque ellos, la verdad es que se refieren a nosotros como su persona, la palabra responsable te colocas en una posición distinta en la cuál valga la redundancia tú eres responsable de la vida de ese Animal, de sus necesidades **físicas, emocionales** y no nos olvidemos nunca de las **espirituales**.

Sé que todo esto te puede sonar a chino o quizás no, pero no te preocupes, sea como fuere desarrollaremos todo este contenido mucho más profundamente en los siguientes capítulos.

Nota: Cada vez que te hago una sugerencia sobre algo que se podría modificar, no te creas que voy a dejar sin explicarte el porqué, es cierto que la decisión siempre va a ser tuya, pero por eso quiero que juegues con toda la información para que de esa manera puedas elegir con absoluto conocimiento de causa, y te recuerdo que la opción siempre va a ser tuya y lo que hagas bien estará.

1. 4 LAS BASES DE LA CONVIVENCIA ÉTICA Y EQUILIBRADA.

Quiero que esto lo vivas como un proceso de autoresponsabilidad, más que como una lectura, esto se trata de una experiencia y como tal hay muchas emociones que van a salir a la superficie, porque anteriormente estaban escondidas, pero no te preocupes porque se irán gestionando poco a poco, aquí tendrás las herramientas para ir colocándolas como tienen que estar, en el lugar que pertenecen y traspasando muchas de ellas.

Una de las primeras emociones que salen en estos procesos es, la culpa. Esta emoción nos acompaña a lo largo de toda la vida, y está directamente vinculada cuando no sabemos hacer las cosas como “deberían estar hechas” o eso creemos, con los seres vivos que creemos que están a nuestro cargo. Aquí, vas a conseguir las herramientas para que la culpa desaparezca,

y eso se hará a través de la acción, comprendiendo a tu Animal y a partir de ahí tomando soluciones para mejorar día día.

Y realmente, hay una responsabilidad con los animales que conviven en el mismo espacio que nosotros, pero quizás lo que hay que hacer es cambiar el enfoque y comprender que ellos tienen mucho que decir y que sean capaces de tomar multitud de decisiones si se les escucha y se les permite.

En las bases de una convivencia equilibrada lo primero es la escucha, la aceptación y la validación de las emociones del ser que tengo enfrente, esto hace que mi ego se tenga que quedar a un lado, y mi creencia de que puedo elegir sobre todos los aspectos de la vida de mi Animal tenga que desaparecer; y éste es uno de los aspectos que más cuesta.

Otro de los aspectos de una convivencia equilibrada, es comprender que mis emociones afectan al ambiente, y ese ambiente (hogar) afecta a todos los miembros de la familia, con lo cual la base de que la convivencia sea equilibrada y saludable, reside en escuchar mis propias emociones y saber gestionar de la manera correcta, para que afecte lo menos posible a los individuos que conviven conmigo.

En muchos casos, las carencias emocionales buscamos cubrirlas con nuestros animales, esto ocurre porque ellos nos quieren de una manera incondicional, y además damos por hecho que nunca nos van abandonar, esto de alguna manera es una sensación de posesión sobre el Animal, por eso cuando fallece puede ocurrir que lo vivamos como un reflejo del abandono en algún aspecto subconsciente. Pero esto lo veremos en profundidad más adelante.

Tendrás que hacer también un trabajo muy profundo sobre los miedos, el miedo es lo contrario del amor, y ellos son todo amor. Esto no quiere decir que no tengan miedo, o que tú no puedas tenerlo, simplemente quiere decir que cada momento de miedo lo trabajaremos bajo el prisma del amor. Recuerda, que esto es un espacio seguro, tómate esta lectura como un proceso introspectivo, donde todas tus emociones están a salvo y también las de tu Animal, un lugar de refugio donde vuestro vínculo se fortalecerá profundamente y nadie jamás juzgará tus emociones.

Necesidades etológicas e individuales

1.5 LAS EXPECTATIVAS MUTÚAS

Siempre he dicho, que los animales son grandes maestros, y no precisamente por "sus palabras" (por palabras me refiero a las comunicaciones que se pueden realizar con ellos a nivel telepático), sino porque con su ejemplo nos enseñan más que muchos grandes gurús con sus palabras. Son grandes maestros del demostrar haciendo y menos diciendo.

Ellos siempre están en amor incondicional, en el presente y en coherencia, solo con conseguir vivir el mundo a través de sus ojos de la manera que ellos lo hacen tendríamos muchas lecciones vitales ya aprendidas, por eso siempre digo que no hacen falta ni mensajes místicos por parte de nuestro animal, ni grandes explicaciones; sino una escucha abierta a todos los sentidos, porque con cada uno de los actos que ellos realizan en su día día, ya nos están dando grandes lecciones, que todavía a la raza humana tenemos pendientes de aprender.

Uno de los fundamentos de la comunicación con animales, es comprender quién es nuestro animal en esencia, lejos de lo que creemos qué es (que no deja de ser un reflejo nuestro) y de lo que nos gustaría que fuera (las temibles expectativas establecidas desde una dualidad de lo "correcto-incorreto"), nuestro animal es alguien por sí mismo, independientemente de nosotros, es un individuo que ha llegado a nuestra vida por resonancia; y eso es fundamental comprenderlo, porque como todos los seres que llegan a nuestra vida, vienen por un motivo.

Pero si te das cuenta, nos empeñamos profundamente en cambiar todo lo que hay a nuestro alrededor, no sólo las situaciones, si no a las personas y a los animales sobre todo, porque de alguna manera sentimos que tenemos cierta pertenencia sobre su vida y que tienen que ajustarse a aquello que le pedimos. Obviamente, hay ciertas normas que por su propia seguridad vital tienen que cumplirse y esas son ineludibles, pero hay otras....que simplemente son cosas de lo "políticamente correcto", lo que mi animal tiene que ser ante la sociedad; pero te contaré un "secreto" a los animales nuestra sociedad incoherente les importa bastante poco.

Volviendo a lo de antes, este empeño por modificarles y modificar a las personas, nos genera mucha frustración y nos aleja profundamente del aprendizaje que han venido a traernos nuestros compañeros animales. En el momento que yo intento cambiar a alguien, cambiar su esencia o aquello que no me gusta de su forma de ser, me estoy quedando absolutamente sordo a su realidad y a lo que viene a mostrarme, y me encierro en una falsa expectativa ideal de lo que me gustaría que fuera que en ocasiones choca de manera frontal con las necesidades espirituales e incluso cognitivas de mi animal.

Para que esto funcione, tienes que vivir la comunicación con los ojos abiertos, tienes que permitirte experimentar el viaje de emociones a través del cuál tu animal te quiere llevar, saliendo de tu zona de confort para vivirlo como un aprendizaje y no como un sufrimiento porque no es exactamente lo que tú quieres.

Y de hecho, te voy a contar otro secreto más, cuando dejas de resistirte y tu animal se puede expresar como es y tú le aceptas, de pronto de manera mágica todo se coloca y deja de haber conflictos, porque algunos ya no te lo parecen y otros sólo eran fruto de esa resistencia a soltar el control y permitir que el animal desarrolle toda su animalidad.

Te dejo por aquí un pdf con una tabla de expectativas, el ejercicio te va a resultar curioso, tienes simplemente que rellenarlo y compararlo; vas a verlo con tus propios ojos los resultados.

1.6 MI ANIMAL, MI MEJOR ESPEJO EMOCIONAL

Por desgracia, estamos muy acostumbrados en esta sociedad a que no podamos expresar nuestras propias emociones, a que no esa sensibilidad no pueda salir a flote porque eso hace que de alguna manera nos consideran débiles. Está claro que la sociedad está el revés, ya que si escuchas el refranero español o simplemente te paras a analizar conversaciones, siempre se vincula a los buenos con los tontos y a los malos con los listos.

En el colegio no se aprende inteligencia emocional, lo cual para mí es una asignatura básica, desde pequeños tendríamos que aprender a saber cuáles son nuestras emociones y poder gestionarlas de una manera equilibrada. Pero la realidad es que nos obligan de alguna manera a bloquear lo que sentimos y a no expresarlo hacia el exterior, a mantener una imagen fría en la que todo está bien aunque eso no sea real, esto produce grandes daños a nivel del sistema nervioso central porque genera una incoherencia y la incapacidad de ciertas expresiones emocionales que a la larga se enquistan, tienen grandes posibilidades de terminar en patologías físicas.

Hay una frase que la primera vez que la escuché, hizo que muchas cosas cobraran sentido en mi cabeza y fue:

"Estar bien adaptado a una sociedad profundamente enferma no es una buena forma de medir la salud", dijo Jiddu Krishnamurti

Si observas alrededor, te darás cuenta de que la mayoría de gente que convive en esta sociedad no están sanos, no es gente feliz, no es gente equilibrada...

¿Por qué? Quizás dirás que porque no se nos permite serlo... por qué siempre hay cosas a mi alrededor que me lo impiden, porque no tengo suficiente de esto o del otro. Es necesario que sepas que no te falta nada, y que solo tu predisposición y actitud harán un cambio cuantificable en tu vida. Sé que en muchas ocasiones no se nos dan las herramientas para poder ser responsables de nuestras emociones y de nuestras situaciones.

Lo que he visto en mi trabajo casi de forma constante es que muchas veces intentamos sacar balones fuera, pensando que el problema de que no seamos felices está siempre en los demás, pero la realidad es que solamente está dentro de uno, lo que ocurre es, que tienes que tener las herramientas para poder desarrollar este potencial.

Los animales son nuestros mejores “terapeutas”, pero no porque tengan la obligación de serlo, si dejamos en las patas de nuestros animales que no salen, estamos siendo realmente egoístas, es muy importante que seas consciente de que es un trabajo en equipo.

Pero te explicaré por qué son nuestros mejores “terapeutas”, mi animal convive conmigo 24 horas al día 7 días a la semana, son los que mejor pueden conocernos y aquellos que más saben acerca de nuestras debilidades y fortalezas.

Y seguro que al leer esta frase te ha empezado a entrar como cierto miedo, al comprender que no hay intimidad con ellos, pero la realidad es que no hay nadie mejor que los animales para guardar nuestros secretos, comprender nuestras emociones y sentirnos seguros con todo aquello que expresamos en casa.

Ellos son los primeros en mostrarnos nuestras propias emociones, porque son seres empíricos y transparentes, nadie nos va a mostrar lo que llevamos dentro de una manera más clara y directa que ellos, y eso no siempre es de agrado para nuestro ego.

Que mi animal me muestre mis emociones no quiere decir que se tengan que hacer responsable de ellas o que nosotros les culpemos por nuestros propios nervios o nuestras malas gestiones emocionales. Lo que ocurre en la mayoría de las veces es que mi Animal responde mal, porque mi estado anímico está mal, por algo que me ha ocurrido ajeno a él y no he sabido controlar ni gestionar.

Es decir, no es que mi animal haya hecho algo que me haya puesto nervioso, sino que yo ya estoy nervioso y mi animal me ha hecho el reflejo de aquella emoción que no tengo bajo control. Por eso digo que son los mejores terapeutas, porque nos hacen enfrentarnos a aquello que está en la sombra de una manera tan amorosa y empática, que si lo tomamos desde el punto de vista del aprendizaje y no de la frustración, es todo un máster en emociones y evolución.

Mucha gente me pregunta si el animal puede coger sus enfermedades para sanarles a ellos, la respuesta corta es NO. La respuesta larga es, que como te enseñaré más adelante, las emociones afectan profundamente a nuestra coherencia cardiaca (quédate con este término le dedicaré un capítulo completo), y nuestra coherencia cardiaca a nuestro campo electromagnético y este al hogar. Un hogar con emociones no equilibradas, produce desequilibrio en todos los seres que conviven y comparten ese espacio, y emociones similares producen patologías similares.

Quizás este último párrafo ha sido de demasiada información, no te preocupes, todos los términos los iremos desglosando a lo largo de estas páginas de una manera mucho más profunda, confía en mí, esto es un puzzle que iremos armando juntos para que comprendas y tengas las herramientas de poder gestionarlo y solucionarlo.

1.7 EL LENGUAJE DE LOS ANIMALES

Los animales no tienen una forma muy distinta de comunicarse a la nuestra, con respecto a expresiones corporales, faciales, a nivel bioquímico y energético.

Las principales diferencias son la no utilización del lenguaje verbal, aunque sí puede haber vocalizaciones. Te contaré una curiosidad, los gatos sólo nos maúllan a nosotros y adaptan su tipo de maullido a nuestra respuesta. La parte positiva de no usar la palabra, es que en los animales no hay mentira posible, porque su principal diferencia en su forma de comunicar es LA COHERENCIA, este tema le dedicaremos un capítulo completo para profundizar, pero te daré ya unos pequeños datos.

El desarrollo del lenguaje verbal, ha llevado a que el ser humano sea capaz de ocultar sus propias emociones, y a jugar con la mentira; por eso cuando me preguntan que si los animales mienten, la respuesta siempre es NO. No pueden mentir, son transparentes, porque son coherentes, porque no tienen miedo a expresarse (si están sanos emocionalmente), sus emociones, sus pensamientos y sus acciones van en la misma dirección.

El desarrollo de nuestro cerebro a nivel del neocortex, hizo que desarrolláramos el lenguaje verbal, de una manera más desarrollada que los Neardentales, el Homo Sapiens sobrevivió porque era capaz de decir: “Peligro en el lago al atardecer porque el león va a beber”; sin embargo, el Neardental sólo decía: “Peligro en el agua” (interpretación libre del libro “Sapiens de animales a dioses” - Yuval Noah). Ese desarrollo cognitivo a nivel de lenguaje

hizo que evolucionáramos más rápidamente, por eso durante mucho tiempo se pensó que los animales no eran capaces de pensar porque su neocortex no era tan grueso como el nuestro, pero ese sobredesarrollo tiene que ver con el lenguaje y con la psicomotricidad fina, no con la incapacidad de pensar o tener un lenguaje propio y coherente.

De todas formas, estos aspectos del cerebro te los desarrollaré más adelante, ahora mismo no quiero complicarlo demasiado.

Volviendo al lenguaje de los animales, es también fundamental conocer las necesidades básicas de nuestro animal como especie, además de como individuo (que en eso profundizaremos más con la comunicación con animales), pero las necesidades etológicas de mi animal en la mayoría de los casos son desconocidas por su propio responsable.

Al no conocer qué necesita mi animal como especie, a nivel de alimentación, desarrollo cognitivo, detalles que necesita en su espacio, relaciones sociales con miembros de su propia especie, su manera de protegerse y un largo etc... podemos llegar a establecer un tipo de convivencia en la que bastantes aspectos vayan en contra de sus necesidades como especie, los animales aún así son bastante adaptativos, el problema es, que aunque estén adaptados eso no quiere decir que la situación sea neutra y mucho menos positiva para ellos, y habrá momentos en los que sienta carencias vitales, ya sea a nivel nutricional o de convivencia y relación social.

Además de su lenguaje corporal o señales de calma, si no tenemos esta información es muy posible que confundamos de manera categórica ciertos avisos o señales de nuestro animal llegando a tener malos entendidos que en ocasiones si no son escuchados pueden terminar en problemas de comportamiento o una mala gestión emocional.

Yo soy de la teoría de que todo el mundo que vaya a convivir con un animal debería conocer, más allá de lo que está establecido de manera ordinaria, las necesidades reales de su compañero.

Te pondré un ejemplo muy claro, toda la vida he estado vinculada con los caballos, desde los 4 años he convivido con ellos porque sentía pasión por ese animal; bien, creo que en la mayoría de los casos los caballos son de los animales más maltratados a todos los niveles, sin desmerecer otra serie de barbaridad que se hacen con otras especies “no domésticas” (odio ese término y también la diferenciación, los animales son animales sin tipos de clase sociales, pero para que “nos entendamos”).

El caballo es un herbívoro, y es un animal de manada, es decir, necesita realmente de su grupo para sobrevivir, los humanos somos depredadores aunque no cacemos pero por

fisionomía y bioquímica, lo somos, es decir, somos la principal amenaza de cualquier herbívoro. Obviamente los caballos confían en nosotros cuando nos conocen, pero nuestros movimientos tienden a ser rápidos y bruscos y eso les suele asustar. Son animales que deberían estar caminando y comiendo con su grupo una media de 14 horas al día, y la mayoría de ellos están aislados en un box sin posibilidad de moverse y con la comida pautada en dos tomas en muchas ocasiones demasiado indigestas. Es curioso, que las principales patologías que suelen tener los caballos son lesiones en las patas, cólicos y problemas de estrés; curiosamente todo lo que se podría evitar si estuvieran en movimiento, comiendo de su manera natural y en grupo. Y después exigimos a ese animal que nos lleve en su lomo, portándose bien y haciendo ejercicios que en muchos casos no tienen absolutamente ningún tipo de sentido para ellos ni a nivel mental, ni estructural, ni etológico... ¿Comprendes la dificultad de cumplir todas esas expectativas teniendo la mayoría de las necesidades propias de la especie totalmente distorsionadas?

Esto sucede no por maldad por parte de su responsable, por supuesto yo conozco gente que adora a sus caballos, pero la sociedad ha establecido que esa es la manera “correcta” o “cómoda” de tener un caballo. Eso no quiere decir tampoco, soltarle en mitad del campo y que se busque la vida, pero de verdad que existe un equilibrio maravilloso, de poder darle a mi animal lo que necesita como especie y combinarlo con los avances que hay ahora mismo, eso lo que hace es enriquecer profundamente su vida.

Así que, por favor, investiga acerca de la ecología de tu compañero y de sus necesidades como especie, tienes muchísima información en Google que te será de gran utilidad, la parte de las necesidades como individuo quedarán más que claras y cubiertas en este espacio que estamos creando.

1.8 ENTENDIENDO EL MUNDO Y LAS EMOCIONES A TRAVÉS DE LOS OJOS DE TU ANIMAL

Con lo que hemos visto en el capítulo anterior, comprenderás que su mundo es bastante diferente al nuestro, su cerebro está conformado de manera distinta y su coherencia, además de su instinto, no le permite comprender el mundo incoherente en el que vivimos los humanos.

Te recomiendo un ejercicio, párate a pensar todas aquellas rutinas que realizamos que realmente no tienen ningún tipo de coherencia o beneficio para nosotros a nivel mental y físico. Las veces en el día que tienes que fingir ser alguien que no eres, o hacer algo que

realmente no te apetece. Por supuesto que existen obligaciones, y tienes seguramente un trabajo y un jefe a quién atender, una familia en la que volcarte etc...

Pero, ¿hasta que punto cada una de las acciones que tomas en el día te hacen feliz? Y obviamente no te voy a hacer reflexionar sobre tu vida cojo si fuera tu Coach o tu terapeuta, ese no es mi trabajo, pero es sólo para que pienses...y de ahí puedas comprender que si a tí hay ciertas cosas que no te gustan, ¿crees que a tu animal sí?.

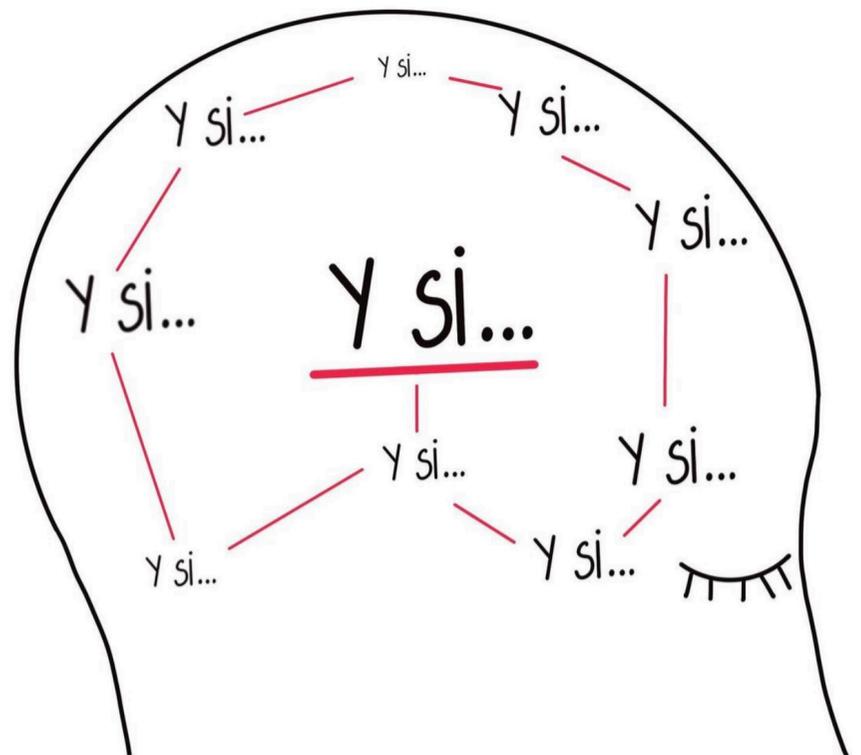
Ellos están profundamente conectados con su animalidad, con su esencia pura, con sus necesidades más fisiológicas y con la necesidad de su desarrollo cognitivo. Sus sentidos son mucho más desarrollados que los nuestros, su oído, su olfato, su vista etc...

Nos leen a muchos niveles, a nuestro animal es al único ser que no podemos engañar con nuestro estado de ánimo y con nuestros pensamientos. ¡Sorpresa! Con ellos no hay intimidad.

Son capaces de leernos en los siguientes niveles:

- * Nivel visual: nuestra expresión facial y nuestra postura corporal, ese lenguaje no verbal a ellos les da muchísima información de nuestra actitud e intenciones.
- * Nivel bioquímico: como olemos determina nuestro estado emocional; lo primero que se genera en nosotros es una emoción, esa emoción provoca un pensamiento que después genera un sentimiento. Pero desde el primero momento de la respuesta emocional nuestro cuerpo empieza a producir una respuesta bioquímica como un mecanismo de supervivencia, y eso a nivel olfativo nuestros animales son capaces de reconocerlo a la primera.
- * Nivel energético: gracias a que su sistema de creencias no es tan limitado como el nuestro, a ellos no les han educado a pensar que las energías no se ven, o que lo que no veo no existe...tienen una percepción mucho más amplia del mundo y son capaces de captar los campos electromagnéticos del entorno sin ningún tipo de complicación. Esto lo desarrollaremos más adelante, pero tienes que saber que tus emociones como hemos visto, generan un pensamiento y ese pensamiento regresa al corazón conectando con su campo electromagnético; eso produce una vibración a nuestro alrededor que si es equilibrada y armoniosa, equilibra nuestro entorno, pero si no.... Bueno, creo que no hace falta que te lo explique.
- * Nivel telepático: Pueden leer lo que pensamos, pero en la mayoría de los casos, ni siquiera les hace falta, teniendo en cuenta todo el resto de información que tienen de nosotros.

En muchas ocasiones la gente me dice que son conscientes de que su Animal entiende ciertas palabras pero otras no, Y lo que tendréis a pensar es que el Animal no entiende las palabras porque son demasiado complejas a un nivel lingüístico, pero la realidad es, que no las comprenden porque no estáis siendo coherentes al pronunciarlas. Te explicaré esto con un ejemplo, si yo a mi perro le digo comida, lo lógico es que le dé de comer. Si le digo que vamos de paseo, lo lógico es que piense en paseo, nos visualice



paseando, genere las emociones anticipadas a lo que sé que va a ser el paseo y después le ponga su correa y salgamos; por lo tanto la palabra paseo tiene un sentido completo y global porque toda la información que emites con respecto a esa palabra es coherente. Cuando no somos coherentes con aquello que decimos, ocurre muchas veces que tu Animal empieza a mirar de un lado a otro inclinando la cabeza, en ese momento la pregunta que le redonda por la cabeza es...¿cuál de las muchas cosas que estás pensando es la real?, y eso es porque la palabra no coordina con el pensamiento que tienes en ese momento.

Por eso siempre digo que es mucho más efectivo comunicarnos con nuestro animal para mandar un mensaje claro a través de una imagen concreta vinculada a una emoción coherente con respecto a esa imagen. Para ellos la palabra es lo de menos, pueden vincularla a patrones de acciones nuestras, pero no es en lo que se suelen basar principalmente.

Sus emociones son mucho más puras, por un simple hecho biológico, y es que su cerebro procesa mucha más información desde el sistema límbico que desde la racionalización profunda de la zona del neocortex, simplificando, ellos sienten y sienten... No racionalizan esa emoción hasta hacerla un sentimiento que tenga una lógica y una justificación mental, como hacemos nosotros.

Los animales tienen una gestión emocional ligeramente distinta a la nuestra, cuando te explique los procesos de la enfermedad comprenderás más cosas, pero quiero darte unas pinceladas para que comiences a poner todo en un contexto correcto.

Los seres humanos funcionamos con los "y si's..", ¿te suena?. Los famosos "y si's.." Son las conjeturas de futuro que es posible que no ocurran nunca, pero que nos mantienen preocupados; y con las acciones del pasado que nos atan a la culpa y que no podemos

modificar. Todo esto genera un estrés a nivel cerebral que repercute profundamente en nuestro estado emocional, modificando nuestra energía, y nuestra bioquímica.

Las emociones tienen una energía limitada, y llevan un proceso de evolución, pasando por diferentes estadios, hasta que finalmente se diluyen y la experiencia queda archivada. Los animales permiten que las emociones hagan el ciclo completo, sin embargo, nosotros tendemos a través de nuestros pensamientos a bloquearlas y mantenerlas más tiempo del necesario consumiendo nuestra propia energía.

El animal sin embargo, vive en el presente, este presente le ayuda a comprender los estímulos de peligro como algo que ocurre en el instante, y que una vez ha desaparecido el punto de estrés su cuerpo va regresando progresivamente a un estado de equilibrio. Digamos que sus emociones funcionan en parábola ascienden hasta el punto máximo y después disminuyen de forma progresiva. Cada acción de mi animal tiene un por qué, y ellos no son de mantener emociones que ya no tienen un sentido, solamente por provocar una emoción en el entorno.

Te pondré un ejemplo, en ocasiones, cuando nosotros nos enfadamos, puede que decidamos salir de casa enfadados y aunque a lo largo del día puedan ocurrir cosas que podrían disipar nuestro enfado, en ocasiones preferimos sostenerlo para que al llegar a casa de nuevo, sepan las personas con las que convivimos que seguimos molestos con lo ocurrido y entonces conseguir la gratificación o resolución deseada.

Cuando estamos en un estrés constante, el animal no puede comprender de dónde viene el peligro, porque no es un peligro tangible, simplemente es una suposición nuestra de lo que es probable que ocurra frente a una situación que ni siquiera aún ha pasado, y esa incoherencia hace que nuestro animal en ocasiones viva situaciones sin confusión con respecto a nosotros.

Si salimos de paseo y nos adelantamos a que va a ladrar, o que va a coger algo de la calle que no debe, pero nada de eso ha ocurrido aún; le provocamos una tensión no justificada a nuestro animal que hace que acabe respondiendo de la manera que justamente no queríamos que hiciera.

Y esto ocurre de una manera muy curiosa, que te explico en el siguiente audio:

Código QR “1.8”

Por eso para ellos es fundamental tener contacto con la naturaleza, la naturaleza tiene una coherencia inherente, y por lo tanto reequilibra nuestras emociones y las emociones de

nuestro animal, sé que es complicado convivir con el estrés en el día a día, pero siempre podemos darnos un momento de conexión profunda en la naturaleza, tanto nosotros como ellos.

2. MI ANIMAL COMO INDIVIDUO, SUS NECESIDADES Y LAS MÍAS

2.1 ¿QUÉ ES COSIFICAR A UN ANIMAL?

Cosificar, como su propio nombre indica, es hacer de un individuo un objeto, esto predispone a tratarle como si careciera de emociones y pensamientos propios.

Quizás este término te puede sonar muy duro, pero en realidad, puede ir desde un grado muy sutil a un grado bastante grave, y tiene que ver en la mayor parte de los casos (salvo patologías concretas) con una educación social.

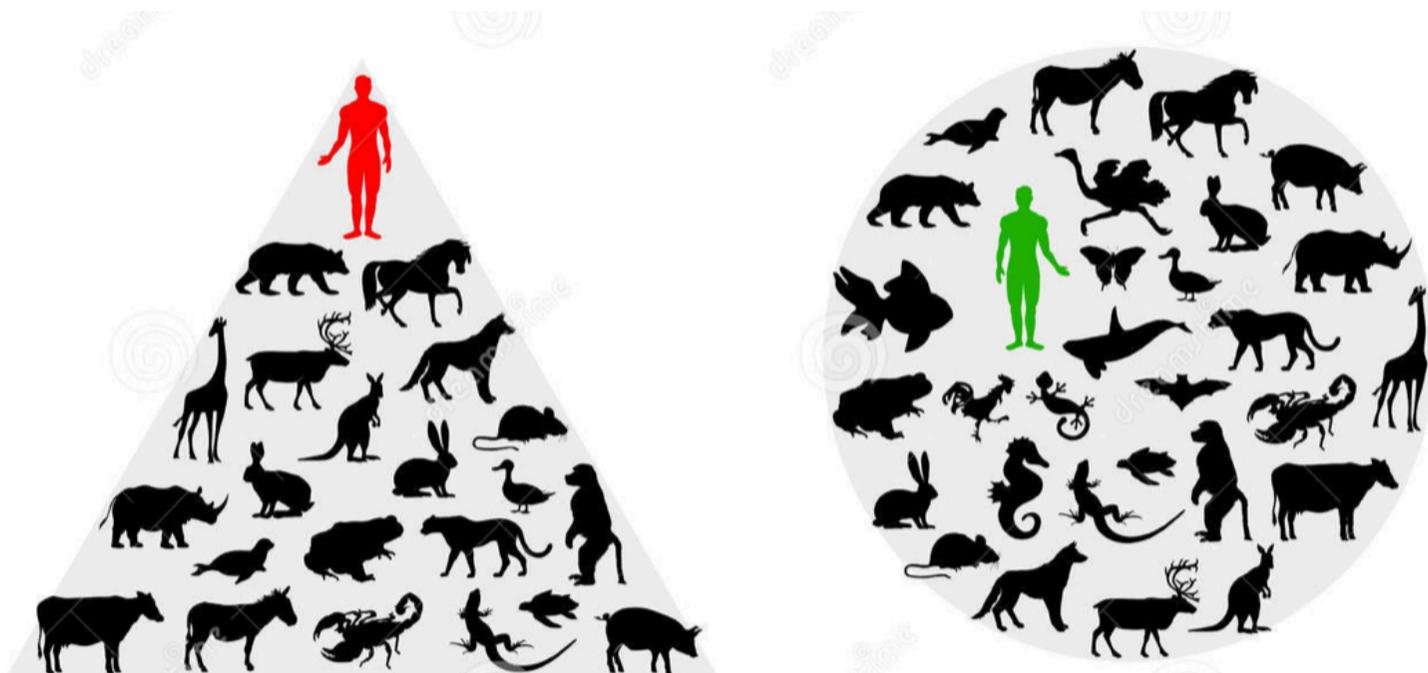
Durante mucho tiempo, las mujeres no teníamos alma, se nos podía vender como mercancía y no había nadie que se planteara que eso no era así, lo mismo ocurrió con los esclavos o los prisioneros de guerra. Ahora mismo esto nos parece una auténtica barbaridad y nadie se atrevería a comentar que esto es de esta manera. Con la Declaración de los Derechos Humanos, todos estos conceptos fueron abolidos en la mayor parte de los casos, aunque no de forma absoluta como debería ser.

Te propongo que pongas una semilla, para ser un Martin Luther King de los animales. Para poder serlo, es fundamental que conozcas los matices más sutiles de esta cosificación, y para ello es importante que nos remontemos al pasado.

Lo primero que tienes que tener en cuenta es que somos animales, quizás más racionales, pero animales. Existe un reino mineral, un reino vegetal y un reino animal; no existe un reino humano por encima del reino animal aunque a nuestro ego le encantaría.

Para mí hay dos conceptos fundamentales de cómo quieres elegir vivir tu vida con respecto a los animales y al planeta que nos sostiene, nutre y aloja.

¿En egocentrismo o ecocentrismo?



Esto tiene un recorrido histórico, te lo haré de una manera simple, pero aún así te recomiendo profundamente el libro de “Sapiens - de Animales a dioses- Yuval Noah”; cuando vivíamos con los animales y cómo animales, nuestra escucha estaba abierta a lo que ellos tenían que decir, porque formábamos parte del mismo entorno compartiendo las mismas necesidades vitales y los mismos espacios hostiles. Esto quiere decir, que igual que nosotros cazábamos para comer, también podíamos ser cazados, y esto nos colocaba en una posición de humildad y de conexión profunda con el ambiente, potenciando ese lenguaje Universal que todos tenemos que es la telepatía.

Conforme comenzamos a alejarnos de la naturaleza y dejamos de sentirla como hogar, y empezamos a verla como entorno hostil, nos fuimos alejando de los animales como “hermanos” y empezamos a verles como una herramienta para conseguir nuestros propios fines, la mula para arar, el perro para comerse la basura y defender, el gato para cazar ratones, el caballo para desplazarme etc...

Y poco a poco, comenzamos a perder la capacidad de comunicar con ellos, esto ocurrió porque en el momento en el que comienzas a usar a un ser con una intención de beneficio propio bloqueas la comunicación, para poder seguir con lo tus necesidades sin escuchar el daño que estás haciendo. Este egoísmo llevó a una gran “evolución” pero a una gran desconexión de la naturaleza y de nuestra animalidad.

Pero, ¿cómo afecta esto a mis animales y a mí en los tiempos que corren?

Ahora mismo existe una cosificación sutil, que es ir en contra de la animalidad de mi compañero. Lo que hablábamos de no tener cubiertas las necesidades etológicas de mi animal, o pedirle que sea de una manera determinada (“el animal perfecto”) sin tener en

cuenta sus emociones y sin escuchar si está de acuerdo o no con esas decisiones. Mantener una alimentación incorrecta, o simplemente dar por hecho que ellos no pueden tomar decisiones sobre su propia vida o muerte, los momentos en los que quieren salir, y que quieran tener su propia vida en ocasiones ajena a nosotros, es una manera sutil de cosificar en la que ni siquiera somos conscientes.

Desde luego, esto no se hace con conocimiento de causa, así que aleja la culpa ¡AHORA MISMO!, siempre que hemos elegido por nuestro animal hemos considerado que se ha hecho por su mayor bien, y con la mejor intención y el mayor amor posible. Pero creo que hasta que no has descubierto la comunicación con animales no te has planteado que quizás al preguntarle, tu animal puede elegir qué es lo que quiere en su vida e incluso en su muerte.

Para conseguir evitar la cosificación animal, es muy importante no sólo escuchar lo que mi animal tiene que decir, si no validarlo y apartar nuestro ego, aceptando que sus decisiones pueden ser muy acertadas y que siempre van a ir a favor del desarrollo de su animalidad, tendiendo siempre al equilibrio o a la búsqueda de el mismo.

Por eso al comienzo leíste que esto era un camino, que quería que fuera un viaje, y lo va a ser, un viaje a través del cambio de pensamientos y de comprensión de tu animal y sus necesidades.

2.2 ¿POR QUÉ NO NOS ENTENDEMOS?

Lo principal es la falta de escucha que solemos tener, nos cuesta mucho trabajo escucharnos a nosotros mismos como para poder escuchar profundamente lo que nuestro animal tiene que contar. La escucha individual es fundamental, lejos de creer que es un acto de egoísmo, es realmente fundamental darnos prioridad en todos los aspectos de la vida, si quieres bien a alguien, tienes que darte prioridad para darle lo mejor que hay dentro de ti. Si tú no lo tienes va a ser realmente complicado que se lo des a alguien, das lo que tienes, es así de simple.

Otro de los motivos es nuestro sistema de creencias, el creer que no podemos entendernos con los animales porque hablan otro idioma, esto es un condicionamiento social muy arraigado a nivel cultural y que forma parte de las creencias culturales. La realidad, es que los animales hablan el mismo idioma, el universal y adaptan sus maullidos y ladridos a una necesidad de comunicarse con nosotros; la única diferencia es que no pueden vocalizar cómo

nosotros lo hacemos, y no tienen la complejidad (en muchos casos disfuncional) emocional, ni lingüística que tenemos nosotros porque, son tan honestos y tan coherentes que no les hace falta, dar vueltas de más a las emociones, justificar lo que sienten...poner palabras a aquello que es pura energía y pura emoción.

En muchas ocasiones, tiramos balones fuera, justificando que nuestro animal no comprende nuestras palabras o que no se entera de lo que le decimos, pero la realidad es, que nuestra comunicación no es buena, ni fluida. Más adelante hablaremos del tema de la coherencia y lo explicaré más en profundidad. Pero la realidad es, que en la mayoría de los casos, las palabras que estamos emitiendo en la mayoría de los casos son discursos sin intención y sin atención. Verás que hay palabras “mágicas”, como comida, chuche, paseo, calle etc... esas palabras las entienden perfectamente porque tienen una coherencia asociada, digo calle, pienso en la calle y le saco a la calle, una congruencia perfecta. El conflicto de cuando no comprender las palabras, va directamente vinculado con que el trasfondo es difuso, pronuncio palabras, pero mi intención y mi atención, están dispersas, y el animal que nos lee a muchos niveles, recibe información contradictoria a nivel sensorial, haciendo un gran esfuerzo por descifrar lo que le estamos intentando hacer llegar. Cómo verás el error no es de ellos, precisamente cuando hay un mal entendimiento.

Si en algún momento me enfado con algo que haya hecho mi animal, y la carga emocional es muy alta; esta carga provocará también cierta distorsión en el mensaje.

El enfado, es una energía bastante invasiva; y es a la que suelen reaccionar con cara de miedo los animales y en ese momento la persona lo interpreta con el típico: “ves él/ella sabe que ha hecho algo mal, mira su cara”.

La realidad, es que se está sintiendo muy intimidado por tu forma de comunicar y por tu emoción, y además no hay un enfoque positivo en el que darle opciones de qué cosas sí puede hacer, o una intención de ayuda ante ese conflicto, ya que si el animal hace algo es porque hay un motivo detrás, y es nuestra responsabilidad ayudarlo a gestionarlo.

Cómo verás son muchos los posibles conflictos y situaciones, puntos de vista y errores que cometemos en una comunicación positiva y coherente entre nuestro animal y nosotros, por desgracia eso lleva a muchos malos entendidos, pero la parte positiva es que todos ellos son tienen solución, sólo tomando consciencia.

Todo esto hace que nos cueste comunicar y escuchar al animal, y son los puntos principales en los que hay trabajar para poder desbloquear esta capacidad que todos tenemos.

Además, existe un tema de “ego”, siento mucho decírtelo así, pero esa es la realidad, queramos o no cómo hemos visto en un capítulo anterior, existe una creencia muy arraigada de vivir en una sensación de superioridad con respecto al reino animal, lo hemos visto con la “codificación”; la realidad es, que en el momento en el que yo considero aunque sea inconscientemente que un ser se encuentra por debajo de mí, o cierro la escucha, o bien lo que tenga que decir lo voy a escuchar desde un punto de condescendencia, en el cuál mi escucha no va a ser 100% óptima porque siempre voy a creer que mis razones son más válidas, sé que todo esto que te cuento quizás te resulta un poco incómodo de aceptar, y no te pido tampoco que lo hagas ahora mismo, simplemente que analices la situación y si resuena contigo tomes las acciones para modificarlo, y si no, quizás te pueda resonar con alguien que conoces.

2.3 RECUPERANDO NUESTRA ANIMALIDAD PARA CONECTAR

Somos animales, con nuestra animalidad olvidada; la realidad es que existe un reino mineral, uno vegetal y un reino animal, no existe un reino humano por encima del reino animal.

Los animales y la naturaleza, nos conectan con una parte muy profunda y muy instintiva que está dentro de nosotros, a veces pensamos que la palabra “instinto” es algo primario en el aspecto negativo, pero para nada, es nuestra **esencia más pura**, nuestra consciencia de pertenencia a algo más, la sensación de poder estar conectados con el entorno y sentir que la energía de todo lo que me rodea corre por mis venas.

Muchas veces las normas establecidas por la sociedad, no son más que cadenas que nos mantienen atados a una vida que no queremos, pero que se supone que tienen que ser así, para que “encajemos”. Y aquí quiero contarte una experiencia personal, yo nunca he encajado, pero no me ha importado tampoco no hacerlo, siempre he creído que había cosas en el mundo que no estaban bien, y que si me forzaba a intentar encajar dentro de esas premisas, no iba a ser feliz, porque iba a renunciar a mi esencia; así que decidí que no quería cambiar, que prefería seguir mi camino con los animales y con mis valores, que adaptarme a un entorno que no estaba en equilibrio. El seguir en esa línea, fue posible gracias a la comunicación con animales, si yo no hubiera podido seguir comunicando, creo que me hubiera costado mucho trabajo mantenerme “cuerda” y “libre”.

Cuando somos pequeños, comunicamos telepáticamente con los animales y con nuestro entorno; de hecho el primer tipo de comunicación que realizamos al nacer con nuestra madre es telepático. Somos seres terriblemente vulnerables en nuestro nacimiento, nacemos tan prematuros, que necesitamos de un segundo útero que es la sociedad (al principio familia), que nos proteja y abastezca. Los animales maduran mucho más rápido que nosotros, un caballo a las pocas horas de nacer ya está de pie y corriendo detrás de su madre, es capaz de mamar por sí sólo; sin embargo, nuestra madurez es mucho más tardía. Esto genera una necesidad de protección y de comunicación rápida, aunque al principio gestionemos desde la telepatía, en el momento en el que los miembros de la familia no se enteran de lo que estoy expresando por ese medio, por cualquier motivo, porque mamá está estresada y le cuesta conectarse, papá no está quizás tan conectado a veces y el resto de gente ni se lo plantea; comienzan los lloros, y me doy cuenta que a través de mi expresión verbal, la respuesta es más inmediata y por lo tanto las posibilidades de supervivencia también son superiores; en ese momento la telepatía comienza a pasar a un segundo plano y de ahí a quedarse prácticamente olvidada, salvo que viva con animales.

Después, hay otro pequeño salto, que suele ocurrir sobre los 7 años, que es lo que llaman el velo, el velo es cuando nos cierran la información del otro lado, y comenzamos a desconectarnos, está relacionado en psicología con el desarrollo profundo del yo y del ego, en el ser humano; es un momento en el que la mayoría de los niños desconectan de su esencia, de alguna manera por “imposición social”.

No te voy a mentir, ser diferente es complicado en ocasiones, más que nada porque la masa siempre quiere poder más, si has llegado aquí, es porque hay algo más dentro de tí, una inquietud distinta, otra manera de ver el mundo y unas ganas tremendas de comprender a tu animal, sabiendo que hay una consciencia que todos compartimos y que nos une. Quizás al principio, ha comenzado cómo una necesidad de saber qué le ocurre a tu animal, pero durante todo el proceso verás, que esa sólo es una ínfima parte; lo que conseguirás con este viaje es recuperar tu propia animalidad y ver el mundo de una manera maravillosa, me atrevería a decir casi mágica, como cuando eras un ser inocente.

También descubrirás, que la comunicación con animales no va de que ellos se tengan que adaptar a lo que nosotros queremos, o a que ellos comprendan cuáles son las normas **no** coherentes del día a día y las den por buenas; se trata de comprender que somos animales y que nuestros compañeros nos conectan profundamente con esa bella animalidad que ellos tienen tan en primer plano y que nosotros hemos dejado latente en algún lugar de nuestro

cerebro y de nuestro alma. Por lo tanto, la mejor manera de conectar con nuestros animales, es siendo más animales y conectando con nuestra propia esencia.

Yo siempre he dicho que la comunicación con animales es terapéutica a nivel bidireccional, y es así, cómo hemos hablado en otro capítulo, la comunicación me conecta con la coherencia, el amor incondicional y con estar en el presente; pero todo eso son los principios fundamentales de la animalidad, de tener una vida más plena y más conectada.

El tener que mantenernos en esa resonancia y en esa vibración, con esos patrones coherentes, va generando poco a poco un hábito, por eso siempre digo que los procesos llevan su tiempo, poco a poco nuestra manera de ver el mundo cambia, y nuestra conciencia se va modificando, produciendo cambios a un nivel muy profundo.

Cuando insisto tanto en la recuperación de la animalidad, y en ese cambio de consciencia, es porque acaba siendo bueno hasta para la salud. Hay un tema que a mí me apasiona que es la epigenética, si no sabes lo que es, te recomiendo que investigues sobre ello; aquí te haré un pequeño resumen.

La epigenética dice, que aunque tú tengas una genética determinada, hay mucho cromosomas o aspectos de estos que pueden desarrollarse o quedarse latentes, en función del entorno en el que te desarrolles y se desenvuelvan tus células. Por lo tanto, aunque a nivel genético haya cáncer en tu familia, puede que tú nunca lo desarrolles, y eso dependerá profundamente de tu sistema de creencias y de cómo te relaciones con el entorno, además de otros factores ambientales y alimenticios. Pero se ha demostrado que en la mayoría de los casos, tiene que ver con los procesos bioquímicos que produce el cuerpo, y que son detonados por las emociones, que están directamente vinculadas con los pensamientos. Profundizaremos más profundamente en estos conceptos, no te preocupes, pero me gusta que vayas teniendo pequeñas tomas de contacto con estas nuevas realidades.

Si hay algo que he aprendido con la comunicación con animales, es que se trata de un proceso profundamente vivo, que va cambiando de forma constante y que puede enfocarse desde múltiples aspectos y todos ellos cuadrar entre sí, pero **TODOS** esos puntos, tienen un nexo de unión **LA NECESIDAD DE CONECTAR CON NUESTRA ANIMALIDAD, Y NUESTRA ESENCIA, PARA ESTAR SALUDABLES Y COMPRENDER, RESPETAR Y POR LO TANTO SALVAR, EL ENTORNO QUE NOS SOSTIENE.** Da igual desde dónde enfoques la comunicación, el núcleo de su por qué siempre va a ser el mismo, y eso es maravilloso.

2. 4 ¿EN QUÉ CONSISTE LA MAESTRÍA DE LOS ANIMALES?

Podemos encontrar dos tipos de maestría de los animales, una es aquella que se aprende a través de los arquetipos de los animales de poder, pero no es por este trabajo por lo que estamos aquí. Y la otra, la que para mí es la más importante es la que realizamos con cada uno de los animales que forman parte de nuestra vida, con algunos de manera más intensa, y con otros de una manera más superficial, dependiendo del tiempo y de la intensidad de la escucha que realicemos con ellos.

Todos los seres con los que nos cruzamos en nuestra vida tienen una lección para nosotros, pero no siempre nos encontramos con la predisposición de querer escuchar y de querer comprender qué es lo que nos quieren mostrar. En ciertas ocasiones, por un tema de ego, y en otras por puro despiste, nos encontramos tan abstraídos en nuestras propias emociones, pensamientos, diálogos mentales, que en la mayoría de los casos desconectamos profundamente del entorno. Es cierto, que es necesario ser introspectivo, como veremos, y profundizar en nuestras propias emociones, pero sin desconectar del entorno, porque todo está interrelacionado.

Los animales con los que convivimos, son nuestros mejores maestros, porque viven con nosotros 24 horas al día, 7 días a la semana, además de que la lectura que hacen de nosotros es realmente profunda. Ellos son los únicos a los que no podemos mentir.

Para que te hagas una idea, el ser humano se basa principalmente en lo que entendemos a nivel auditivo de lo que nos dice la persona que tenemos en frente, y otras parte de información la sacamos en la mayoría de los casos, (porque no se ha formado la persona en ello), de manera intuitiva, en el lenguaje no verbal, pero el predominante es siempre el auditivo.

Los animales son capaces de leer, nuestro lenguaje no verbal, nuestro lenguaje a nivel bioquímico a través del olfato (si hay hormonas de estrés o de bienestar, si son actuales o hace un rato de las producción de las mismas), nuestro campo energético, lo que pensamos y ya por último lo que verbalizamos. Fíjate la cantidad de información que tienen acerca de nosotros, cuando comencé a comprender esto, no pude volver a ver a los animales igual, me pareció fascinante.

Por eso los animales no precisan de mentir, hay veces que la gente me ha preguntado si los animales necesitan mentir, mi respuesta es siempre la misma, NO. Los animales no mienten, puede ser que el comunicador se equivoque en la comunicación, pero ellos no

tienen necesidad de mentir. Su realidad es mucho más limpia que la nuestra, ellos no tienen los miedos producidos por el ego, o mejor dicho por la parte disfuncional del ego.

Desde luego, el ego bien enfocado es el que nos va a salvar de que literalmente, nos atropelle un camión al cruzar la calle, pero también tiene miedo a muchas otras cosas, como a la no aceptación social. Tenemos que tener en cuenta que el ser humano es un ser social, y que depende de su “tribu” para sobrevivir, con lo cual el ser aceptado tiene una prioridad bastante importante en nuestras vidas, esto puede llevar a varios tipos de disfunciones algunas más leves, como ponernos ropa que no nos gusta porque está de moda, o mentir sobre nuestros gustos y personalidad; y otros más complejos como trastornos alimenticios y mentiras constantes; en cualquiera de los casos dejamos de ser coherentes y de estar conectados a nuestra propia esencia.

Sin embargo, los animales nunca dejan de ser ellos, en muchas ocasiones, somos nosotros lo que les pedimos que sean de otra manera distinta, la manera en las que les pedimos que sean, suelen estar relacionadas con cubrir ciertas expectativas sociales, como te contaba en el anterior párrafo. En el momento en el que queremos que nuestro animal sea un ser distinto en su esencia, para cumplir nuestras expectativas o las de la sociedad, de lo que se supone que es un animal “perfecto”, no estamos ni respetando su animalidad, ni aceptando el aprendizaje que han venido a traernos y en ese momento **se pierde la magia tan bonita** que supone compartir vida con un animal.

Te voy a pedir que reflexiones sobre algunas preguntas:

De todo aquello que le pido a mi animal que haga:

¿Qué cosas son para que cuadre con la sociedad?

¿Qué cosas son para cubrir mis expectativas de aquello que me gustaría que fuera o que yo necesito?

¿Cuáles son realmente por su bienestar emocional y físico?

Es muy probable que sean preguntas que nunca te has hecho, porque siempre has tenido claro que todo lo que has hecho ha sido por el bien del animal, pero si te paras a pensarlo, hay mucha más profundidad en nuestras acciones con ellos de lo que solemos ver en primera instancia, tómate tu tiempo y reflexiona, son ejercicios que te darán un nuevo punto de vista sobre la relación con tu animal y puede ser que al principio tengas ciertas resistencias, pero te recomiendo profundamente que los hagas.

3. LAS EMOCIONES

3.1 EL CORAZÓN COMO MOTOR

Mas adelante hablamos de la función del cerebro en la comunicación con animales, la realidad es que la simbiosis entre corazón y cerebro son la fuente y el motor de cualquier cosa que hagamos en la vida; por eso quiero presentarte de manera individual a cada uno de los participantes y después hablarte de la importancia de su relación y cómo ayudan al bienestar común cuando trabajan como un equipo, lo que llamaremos **coherencia cardiaca**.

Bien, comencemos por el corazón, es una de las partes fundamentales en todo este proceso de la comunicación con animales, como centro energético, pero no sólo como eso...tiene

muchas más funciones y curiosidades que seguramente no conocías.

Los neurocardiólogos han descubierto que el corazón tiene un sistema nervioso independiente, ese complejo sistema se conoce como el cerebro del corazón. Éste produce señales que envía a la amígdala uno de los centros de procesamiento emocional del cerebro. El cerebro envía también información al corazón, pero se ha descubierto que el corazón envía mucha más información al cerebro de la que recibe. Corazón y cerebro se están enviando información de manera constante. El corazón es eléctrico y la mayor fuente de bioelectricidad del

cuerpo. El corazón produce una fuente de energía tan grande que permite rodear el cuerpo en un campo electromagnético de 360°.



Los campos electromagnéticos se comunican entre ellos, no solamente los nuestros propios, sino también con los diferentes campos electromagnéticos de los seres con los que nos relacionamos. Una de las cosas que produce más discordancia es cuando hay variación entre lo que emite nuestro campo energético y lo que dicen nuestras palabras, por eso la coherencia es tan sumamente importante. Este hecho en la convivencia humano-animal es determinante, y lo veremos más en profundidad en otro capítulo, pero tienes que comprender que el bloqueo emocional puede generar malestar y este se produce principalmente por los pensamientos que proyectamos con respecto a diferentes situaciones, los bloqueos son controlables y no sólo eso, si no que no son producidos por algo externo, si no por cómo hemos decidido nosotros vivir lo que nos ha ocurrido de manera externa, somos nosotros los que marcamos la diferencia en cómo nos afectan las cosas.

En ocasiones durante las comunicaciones sentimos mucho miedo de ser capaces de sentir las emociones de los animales, como si eso fuera a dañarnos, ya te digo que ninguna emoción de ningún animal puede dañarnos; el problema es que al ser nuestro compañero, el espejo que nos hace es más complejo de integrar, si no lo hemos trabajado en nosotros primero, tenemos miedo a sentir que hemos “fallado”, no ha recibir la información de lo que nos quieren decir. Si lo analizas, y tienes en cuenta que sabiendo lo que ocurre es mucho más fácil que puedas gestionar la situación, recibir esa información debería de ser algo de lo que te alegraras, porque eso marcaría la diferencia entre poder solucionar un conflicto o no poder hacerlo. Si yo soluciono algo que está ocurriendo en el primer momento, me voy a ahorrar no sólo mucho tiempo, si no además problemas de comportamiento y futuras enfermedades de mi animal, piensa siempre que recibir información de lo que ocurre está más cerca de ser una “bendición” que de ser un problema, porque me pone en acción para solucionar, y ese miedo desaparecerá.

Las emociones de los animales, son más puras que las nuestras, con el término más puras, no quiero decir que sean mejores que las del ser humano, si no que realmente por pura conformación cerebral son más puras o quizás más primarias (eso no quiere decir que carezcan de matices cómo las nuestras).

Para explicarte esto te voy a contar en primer lugar la diferencia entre emoción y sentimiento. La emoción es la primera respuesta que el cerebro genera por supervivencia como respuesta a un estímulo externo, y el sentimiento es una emoción racionalizada, es decir cuando me pongo a analizar por qué sentí esto o lo otro. El enamoramiento por ejemplo, es un sentimiento, yo tengo la emoción de que alguien me gusta y cuando comienzo a pensarlo mucho y a poner expectativas y proyecciones entonces es cuando me enamoro, de primeras sólo es que me siento a gusto con esa persona.

Por eso digo que las emociones de los animales son más puras, me refiero a que ellos no suelen darle tanta vuelta a aquello que sienten, ni lo justifican tanto, ni intentan meterlo en un cajón para que tenga un por qué o un sentido, simplemente lo sienten y lo expresan, y en ocasiones cuando conectamos con sus emociones sentimos que son demasiado intensas y confundimos esa intensidad con gravedad de la situación; realmente lo que está ocurriendo es que nuestro cerebro no ha conseguido aún registrar esa emoción pura y ponerle las etiquetas suficientes para comprender qué es lo que realmente ocurre, y la emoción llega a nuestro sistema de una manera pura.

En realidad lo que ocurre es que su función cerebral a nivel emocional es mucho más directa, ocurre directamente desde el sistema límbico y en raras ocasiones es procesado por el neocórtex del animal con tanta insistencia cómo hacemos con el nuestro. Por eso esas emociones parecen tan intensas y muchas veces podemos llegar a sentir que incluso nos bloquean. La realidad es que nuestro corazón está en discordancia, y le hemos acostumbrado a no sentir con la plenitud que debería por el propio miedo del sentir, por eso todas las emociones tendemos a racionalizarlas, al llegar toda esa información emocional a nuestro campo energético con esa vibración tan alta y sin posibilidad de filtrarla a nivel racional, tenemos una sensación de inundación profunda que en muchos casos nos lleva al “rechazo”.

Por eso es fundamental, que nuestro corazón esté fuerte y nuestra cabeza centrada para no sentir ese “miedo”, que realmente es más bien un miedo a todo el potencial que tenemos a la hora de experimentar las emociones de una manera pura. Por eso digo, que en la comunicación animal, hay que ser valiente y afrontar nuestras sombras para poder dar luz a los que nos piden ayuda. Sin esa claridad, lo más probable que vamos a ofrecer es parte de nuestra propia confusión.

3.2 QUITANDO TODOS LOS BLOQUEOS

La mayor duda que tenemos todos los comunicadores, y es algo con lo que hay que lidiar cada día que se hace comunicación es: “¿lo que estoy comunicando me lo estoy inventando o es así?” Por eso si esperas a no tener la duda para comunicar, te estarás equivocando, esa duda permanecerá pero aprenderás a lidiar con ella y a tener los recursos con la práctica para poder distinguir cuando estás centrado para comunicar y cuando no.

Obviamente este es un proceso largo en el que empiezas con el tiempo a comprender que cada comunicación es un misterio y por lo tanto es algo mágico, lo que aprendes es a vincular un proceso previo, “un entrenamiento” a un resultado, pero lo que ocurre en medio es un acto de fé. Cada animal es distinto, cada animal comunica diferente, y cada animal

tiene necesidades distintas, maneras de expresarse distintas, por lo tanto, nunca sabemos qué nos vamos a encontrar o cómo vamos a afrontar la comunicación.

Haciéndote a la idea de esto, quizás te resulte más fácil, no por el tener que trabajar con la duda, si no porque tu expectativa de la perfección va a cambiar; no existe comunicación perfecta, si no una intención perfecta e impecable combinada con una atención consciente a aquello que estoy haciendo. La diferencia entre un buen comunicador o uno malo, es su intención y sus ganas de ayudar al animal y a su persona.

Sé que siendo tu animal dirás, ¿cómo puedo ayudarme también a mí?, bien, es un proceso muy direccional, con lo cuál la siguiente fase de los bloqueos al quitar, es comprender que nada de lo que me dice mi animal es para dañarme. Y que cómo hemos visto, cada cosa me puede ayudar a seguir creciendo y aprendiendo, ahí con ese cambio de enfoque, del miedo a las ganas de aprender todo lo que mi animal me quiere enseñar, me quito uno de los principales bloqueos a la hora de comunicar. Nuestro buen amigo EL MIEDO.

Cómo veremos más en profundidad, los animales con los que vivimos o convivimos nos hacen un profundo espejo de todo aquello que ocurre dentro de nosotros, esto es debido a las neuronas espejo. ¡OJO! Con esto que os voy a decir, **nunca tenemos que entrar en la culpa.**

Con esto, la gente siempre me preguntan: “si mi animal enferma, ¿es por mi culpa? O ¿es porque me quita mi enfermedad?” “Puedes decirle que no lo haga”

Esto es muy importante que lo definamos, lo primero que tienes que entender, es que el animal no lo hace por quitarme a mí un peso, ni cómo un acto mártir, se debe a las NEURONAS ESPEJO y al CAMPO ELECTROMAGNÉTICO que se produce en casa.

Te haré un breve resumen, las neuronas espejo, son unas neuronas que se encargan de las acciones sociales y de algunas motoras, son las responsables de la empatía, y TODOS tenemos estas neuronas, por ese motivo cuando vemos a alguien triste, nuestro cerebro se pone triste, esto prolongado en el tiempo genera un hábito de tristeza cada vez más reforzado, por eso nuestro animal conecta y comparte las emociones que nosotros tenemos y nuestro estado de ánimo afecta profundamente la suyo.

El tema del campo electromagnético, lo hablaremos un poquito más adelante con el tema de la COHERENCIA CARDIACA, para que comprendas cómo funciona en profundidad.

Lo bueno de esto es, que yo soy el único responsable de mi estado emocional, independientemente de lo “que me hagan desde fuera”, porque realmente nadie te hace

nada, la gente hace cosas, pero te contaré un secreto, en la mayoría de los casos, lo que hacen tiene más que ver con ellos y con su estado que con nosotros.

Lo cuál es algo muy positivo, porque me coloca en una posición de poder frente a la situación ya que nadie me va a impedir sanarlo si yo realmente quiero. Cuando hago este cambio de punto de vista, también estoy desbloqueando otro de los motivos por los cuales me cuesta tanto trabajo comunicar con mi animal, porque es una de las cosas que más miedo nos da, que cualquier cosa que le pueda pasar a nuestro animal esté relacionado con nosotros, sin poder tener el control para que no ocurra, y por lo tanto esto genera un rechazo en nuestro cerebro a no querer recibir la información por no poder solucionarlo. Pero la buena noticia, es que SÓLO depende de TI el que hagas ese cambio, y la otra BUENA noticia, es que en el camino de estabilizar tus emociones vas a llenarte de un aprendizaje precioso que te ayudará a crecer en todos los ámbitos, y además te voy a decir una cosa más, no existe el SUFRIMIENTO, es un estado mental, obviamente hay cambios que duelen y cuestan, y algunos mucho...hay duelos complejos y dolorosos, pero el sufrimiento viene por la resistencia a no querer hacerlo, en el momento en el que acepto el aprendizaje el proceso es infinitamente MÁS RÁPIDO y agradable.

Los animales gestionan siempre de esa manera, hay algo que les puede doler, pero no sufren mentalmente por anticiparse o recrearse en el pasado, por eso cualquier terapia con ellos, incluida la comunicación, (que para mí desde luego como proceso liberador es un gran acto de terapia) es un proceso mucho más fácil que con las personas.

Sigo con más buenas noticias para trabajar tus bloqueos, la culpa NO EXISTE, al comunicar con mi animal, voy a tener todas las posibilidades para comprender y corregir lo que ocurre, con lo cuál voy a pasar **de culparme a ocuparme**, y eso te pone en la acción.

También quiero explicarte algo, y es que el 100% de los bloqueos, vienen a nivel mental y los provocamos nosotros, hay heridas emocionales por trauma de situaciones muy drásticas que nos trastocan, pero la mayoría vienen por cómo hemos interpretado la situación y ese pensamiento recurrente, genera una energía “dañina” que perjudica al corazón y lo bloquea, pero generando un hábito de pensamiento nuevo y positivo el corazón responde súper rápido, porque todo nuestro yo quiere volver al bienestar, sólo tengo que darle la orden a la cabeza.

En la comunicación con animales, ocurre lo siguiente, ya no es suficiente con que te quedes en el hecho de “saber” qué siente el animal, si no que seas capaz de sentir en tí, ese propio sentimiento, para generar una empatía real.

La empatía en realidad es un concepto muy subjetivo, te explico por qué, si llegas tarde a un curso porque no has podido aparcar, por ejemplo. Yo aparco muy mal, y voy a “empatizar” contigo, pero desde el agobio que me produce a mí el hecho de aparcar o no aparcar, pero el matiz será diferente a tus emociones sobre aparcar. Es decir, empatizo en el concepto, pero no consigo sentir lo que tú sientes.

Sin embargo, con los animales eso es distinto, sí que somos capaces de poder conectar en profundidad con ese sentimiento que tienen, para comprender todos los matices que ellos tienen al respecto de esa emoción.

Pero para poder reconocer todos esos matices, es muy importante que seamos capaces de reconocer nuestras propias emociones de una manera más profunda. Puesto que aquello que no tengo dentro de mí, es imposible que lo identifique en el exterior.

Esto además te va a servir profundamente, cuando estés comunicando porque te va a ayudar a tener claridad para distinguir cuando lo que recibes en la comunicación es algo de tu animal o estás mezclando con cosas que ocurren dentro de tí.

Cómo te he dicho, normalmente, trabajamos con un registro bastante básico de las emociones generales: tristeza, alegría, miedo etc.... Pero esas emociones de verdad tienen muchísimos más matices que estamos pasando por alto, todos los de la rueda de arriba y además combinados entre sí.

Por eso una de las partes fundamentales para poder comprender cómo se siente mi animal y por dónde está pasando, es que yo reconozca mis propias emociones, sea capaz de colocarlas y a partir de ahí abrirme a lo que me tiene que contar el ser que tengo enfrente y que me acompaña en este camino.

Sé que eso es complejo muchas veces, llegar a conectar con esas emociones, y parece que nos perdemos como en un limbo, en el que nuestra mente comienza a divagar, eso es perfectamente normal, nuestro cerebro se está defendiendo, porque ha aprendido que a nivel social que el sentir y expresar emociones no es algo positivo.

Todo esto se puede solucionar de una manera bastante sencilla, pero sí es necesario ser metódico en el proceso. Lo primero es general lo que se llama un entorno seguro a nivel interior y poder exponerlo en el mundo exterior, cómo no vamos a ir expresando nuestras

emociones a todo el mundo que nos encontremos por la calle te voy a proponer dos ejercicios muy sencillos; pero sí te recomiendo, que lo implementes en el día a día, como un cambio vital.

Ya te expliqué al principio, que quiero que esto sea una experiencia, más que un documento que leo y continúo con mi vida, y para generar experiencias hay que vivirlas, así que no sirve que te encuentres en un punto pasivo de simple observación si realmente quieres modificar las cosas y mejorar la comunicación con tu animal.

Lo primero es encontrar un momento de calma para tí, dónde nadie pueda molestarte, genera alrededor tuyo hábitos que te hagan sentir en paz, ayuda poner una luz tenue, algún olor familiar y algo de música suave, que te conecte con tu parte emocional (música o sonidos del campo, evita canciones con letra que tengan una connotación emocional intrínseca) y aquí viene lo más IMPORTANTE.

TU CUADERNO, usa tu cuaderno cómo tu mejor compañero para escribir cómo te sientes sin ningún tipo de miedo, es una hoja en blanco, que te va a ayudar a plasmar todo lo que ocurre en tu cabeza, y liberarlo, para que no se quede revoloteando, dando vueltas en pensamientos recurrentes.

Y dirás, ¿qué escribo? Pues puedes empezar por un trabajo sencillo, haciéndote preguntas.

Me siento bien, ¿por qué? Y con ese por qué no me refiero a lo que ha pasado externamente para que me sienta bien, si no por qué he decidido sentirme bien, qué matices hay en esa emoción...¿estoy triste? ¿Qué matices tiene esa tristeza?: Melancolía, desesperanza...

Este trabajo tendría que ser todos los días, en el caso de que seas mujer, verás que los ritmos y los estados anímicos se irán modificando conforme vamos pasando por los diferentes ciclos hormonales, esto también te ayudará para no juzgarte de manera rígida, si un día estás más alicaída o más cansada. Al principio, puede parecer un poco tedioso, pero hay que tomar acción para poder hacer cambios, las cosas no cambian por arte de magia si yo no genero un movimiento.

A veces en la comunicación, nos bloqueamos porque cuando las emociones de los animales nos alcanzan, en la comunicación, nuestro registro mental muchas veces colapsa porque no conseguimos , matizarlas o incluso ubicar a que rango pertenecen, y eso hace que podamos

llegar a pensar dos tipos de cosas, o bien que ese animal se encuentra peor de lo que realmente está o incluso que no hemos recibido nada en la comunicación, porque nuestro cerebro es capaz de descodificar aquello que no ha experimentado.

Además ocurre algo, ellos funcionan desde el sistema límbico, por lo tanto “son todo corazón”, lo que quiere decir es que sus emociones llegan de una manera mucho más pura y mucho más potente, por eso en ocasiones pensamos que al animal le está pasando algo “horrible” o “muy intenso” pero en realidad, es que ellos filtran mucho menos por la parte del neocórtex para justificar sus emociones que nosotros. Ellos son emocionalidad pura. Y esa emocionalidad pura, es todo un regalo si sabemos llevarla correctamente.

Pero para eso, es muy importante que no tengas miedo a sentir, y esto es algo muy real, mucha gente tiene miedo a sentir, a que esas emociones les invadan y se protegen racionalizándolas. No a todas las emociones animales vas a poder ponerles una etiqueta o un desglose de las mismas, en ocasiones sólo necesitarás sentir...y ni siquiera ponerle palabras. Reconocerlas internamente, aceptarlas, colocarlas y dejarlas ir, un procedimiento realmente muy animal.

Te contaré algo curioso, algunas de las mejores comunicaciones que he hecho con mis propios animales no se expresan con grandes textos, simplemente se basan en la capacidad de hacer ese intercambio energético entre el animal y tú, sin necesidad de racionalizarlo y permitiendo que esas emociones entren en nosotros con toda nuestra permeabilidad, y nos modifiquen energéticamente en lo que sea necesario, confiando en que es lo mejor que nos podría pasar. Esa sensación de dejarte ir, de no tiempo, de no racionalidad, hace que todo fluya de una manera sencilla y profunda, sin bloqueos ni barreras, y es dónde realmente conectamos con nuestra propia animalidad.

Disfrutar de las emociones cómo un modo de vida....

3.4 ¿CÓMO SE VINCULAN MIS EMOCIONES A LAS DE MI ANIMAL?

Ahora comprenderás por qué te insisto en hacer el ejercicio de crear mi entorno seguro y escribir mis emociones en el cuaderno.

Te voy a explicar cómo mis emociones afectan a las de mi animal; lo primero que tienes que comprender es que ellos tienen una manera mucho más rápida de gestionar las emociones. *(Aquí te voy a recomendar algo de bibliografía: “¿Por qué las cebras no tienen úlcera? - Robert Sapolsky”)*

Debido a cómo funciona nuestro cerebro, nuestra gestión emocional es ligeramente distinta. En capítulos más avanzados te profundizaré mucho más en todo esto, pero de momento con lo que quiero que te quedes es con que ellos metabolizan las emociones de una manera mucho más rápida porque realmente no le dan vueltas a todo.

El recorrido normal en animales suele ser este:

Emoción — Respuesta

En un animal humano:

Emoción - pensamiento - sentimiento - darle vuelta a ese sentimiento de manera recurrente durante todo el tiempo que sea necesario hasta que no hay más remedio que..... - hacer una acción

Parece un “chiste”, pero es así de real. ¿Recuerdas lo que te hablaba en un capítulo anterior de los “y si’s” humanos? Bueno pues aquí te lo voy a relacionar un poco más, y seguiremos ampliándolo, así vamos construyendo las piezas del puzzle.

Todas las emociones, vinculadas a un pensamiento, producen un sentimiento; ese sentimiento cuando se vuelve algo recurrente, genera una respuesta bioquímica en el cerebro, en la mayoría de las veces con hormonas de estrés. Eso hace que nuestro campo energético se modifique, y este campo energético cómo ya hemos visto irradia a nuestro entorno, y ¿quiénes están más cerca nuestro y son más sensibles? Los animales y también por supuesto, los niños; por eso mucha gente me dice que lo que aprenden en los cursos de comunicación, también les sirve para los niños pequeños.

Bien, continúo, si hasta aquí te has perdido en algo, PARA, no sigas leyendo, vuelve atrás y asegúrate de entenderlo, porque voy a seguir construyéndotelo sobre esa base.

Ahora viene una de las preguntas clave, ¿mi animal coge mis enfermedades para salvarme? La respuesta es NO (o al menos no, en la mayoría de los casos), lo que ocurre es que en el cerebro existen unas neuronas que son las neuronas espejo, se distribuyen por todo el cerebro y son capaces de distinguir y reproducir emociones externas en nuestro propio cerebro.

Te pondré un ejemplo, ¿no te ha pasado alguna vez que has visto a alguien triste y has comenzado a sentirte triste? ¿O a alguien con dolor físico por un golpe y te has llevado las manos a esa zona como si a ti también te doliera?

Pues esas son las neuronas espejo, y son las encargadas de la empatía; ellas junto a los cambios en los campos electromagnéticos producido por la energía disonante de nuestro corazón que irradia al exterior, genera un entorno no equilibrado; y los animales que son como esponjas, comienzan a tener las mismas emociones y estados anímicos que sus responsables; mismas emociones, tienden a producir patologías similares.

Cuando las emociones no se gestionan, pueden producir dos caminos, problemas de comportamiento o enfermedades. Yo personalmente prefiero un problema de comportamiento, aunque para nosotros es más “molesto” y requiere de hacer cambios, es bastante más saludable que una enfermedad. Una enfermedad, quiere decir que esa emoción no se ha podido expresar en un problema de comportamiento y ha decidido quedarse en un órgano para buscarle salida o para poder metabolizarse.

Cada una de éstas dos opciones, nos colocan en posiciones diferentes:

- **El problema de comportamiento:** Nos genera conflicto a la hora de salir de la zona de confort y tener que validar las emociones del animal (hay un epígrafe en este mismo capítulo un poco más adelante sobre este tema), y teniendo que modificar cosas, sabiendo que no podemos tirar balones fuera si no tomar las riendas.
- **El problema de salud:** Nos coloca en la posición (en términos generales, siempre digo que cada caso es un mundo) de cuidador, una posición mucho más amable, porque genera vínculo y trato la enfermedad como algo independiente de la emoción vinculada que es la que me genera la responsabilidad y la “obligatoriedad” al cambio.

Por eso es una responsabilidad, convivir con animales, al igual que con cualquier otro ser vivo. Como ya te he dicho anteriormente, sé que es realmente difícil por no decir imposible, estar 100% bien todo el día, todos los días. Y tampoco se requiere de eso.

Hay algo de las enseñanzas del Reiki que me encantan y son sus principios, todos trabajan desde la frase: “sólo por hoy...”, eso quiere decir que sólo puedo controlar lo que ocurre en el presente, analizar mi pasado y ser consciente para que no se vuelva a repetir en mi día a día.

Cuando al principio te comentaba que la comunicación con animales es un proceso bidireccional, y que en la medida que podamos ayudar a nuestra animal y comprender sus emociones, estaremos generando un entorno saludable y un camino de auto conocimiento que nos ayudará a evolucionar como personas.

3.5 LA COHERENCIA CARDIACA Y SUS BENEFICIOS EN NUESTRO ANIMAL

“La coherencia es un estado saludable medible, es la alineación cooperativa entre el corazón, la cabeza y las emociones. Una mayor coherencia es un estado saludable que nos regenera y crea un buen estado emocional, estabilidad, nos da **acceso a la intuición y mejora la capacidad de concentración y de claridad mental.**”

Esa es la definición concreta de lo que es la coherencia, aunque realmente para mí es una de las herramientas más completas y maravillosas con las que vas a poder trabajar con tu animal. Ellos funcionan principalmente desde aquí, este es su estado fundamental, y el simple hecho de conectar con esto, va hacer que nuestra vida genere un cambio de 180°.

La coherencia tiene beneficios demostrados a nivel científico, y también de epigenética. Si no sabes lo que es la epigenética, te lo explico.

Todos tenemos una genética, es decir, un ADN heredado, pero, ¿sabías que no todos los aspectos del ADN se expresan en todas las personas?, durante mucho tiempo la gente no sabía por qué era esto, pensaban que se trataba de una lotería. Después, empezamos a ver que el tipo de alimentación, la calidad del agua y del ambiente externo, condicionaba las células para expresar ciertos cromosomas e inhibir otros, y es cierto..... pero, yendo más allá nuestras propias emociones, nuestra coherencia, y nuestro equilibrio mental y emocional, también condiciona la expresión de nuestro ADN de manera negativa o positiva. Gemelos con idéntico ADN, aunque estén criados en el mismo espacio, no siempre son exactamente iguales, sus emociones les determinan, y la expresión de su alma y su aprendizaje en esta vida también, todo ello genera rasgos y patologías diferentes, ¿curioso no?

Te voy a contar un poco más, el cerebro se encuentra dividido en 19 partes, cuando se hace una lectura de las ondas del cerebro, la coherencia sería cuando todas esas partes vibran con el mismo tipo de onda comunicándose entre ellas y de esa manera favoreciendo el intercambio de información entre las diferentes partes del cerebro.

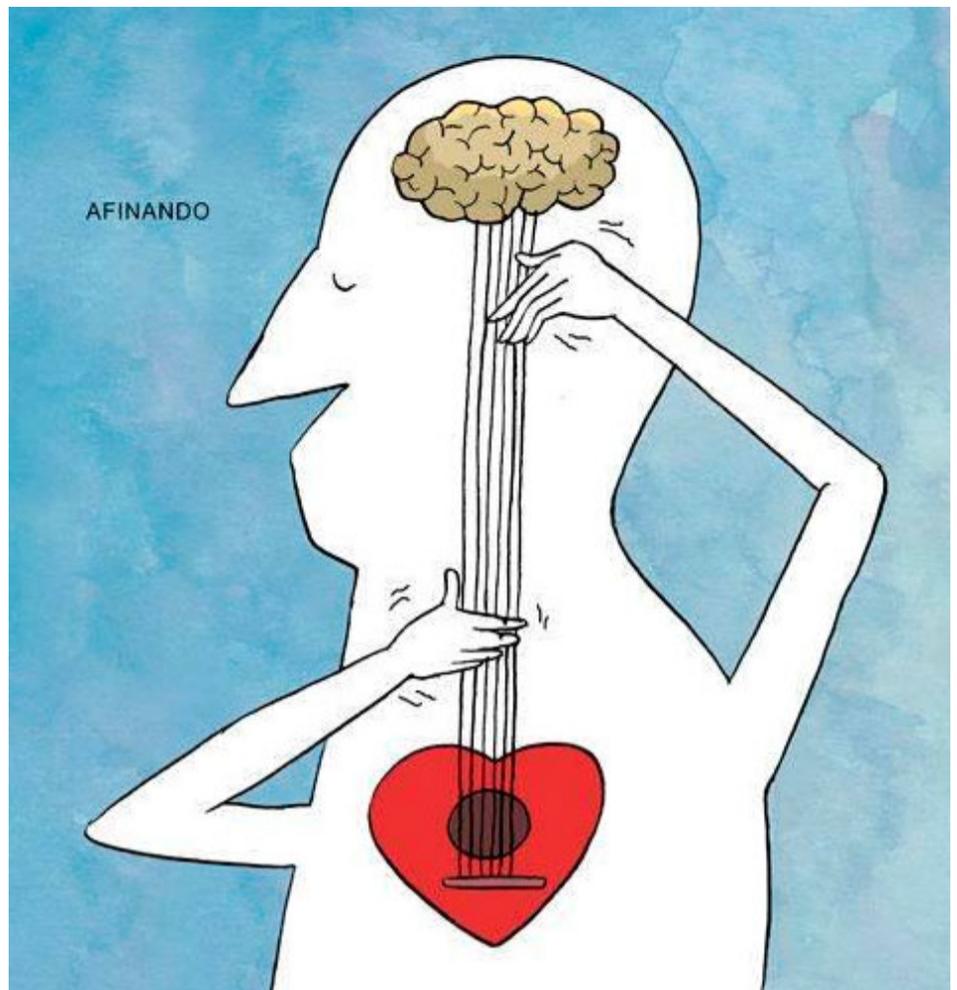
La coherencia siempre implica que los subsistemas se comunican y están funcionando en equipo y todos en la misma dirección.

La coherencia se llama medicamente coherencia psicofisiológica, lo que quiere decir que repercute de igual manera al cuerpo que a la mente.

Es el estado natural del cuerpo. La coherencia se produce cuando estamos expuestos a una experiencia estimulante positivo y regenerativa como es el amor.

La práctica de la coherencia cardiaca durante unos 10 minutos al día, nos mantiene con un residuo para poder sobrellevar el día completo, con lo cuál no es necesario hacer el esfuerzo de estar en coherencia cardiaca de forma constante.

Existe una **técnica** que es la de coherencia rápida, que no nos llevará más de 5 minutos y que podemos realizar en cualquier momento del día, es muy potente y se realiza en dos simples pasos, los que me conocen saben que no me gusta complicarme con largas explicaciones de cosas que pueden hacerse de forma sencilla y directa.



Paso 1: Centra la respiración en la zona del corazón, tómate tu tiempo para respirar en esa zona, para sentir como el aire entra y sale cada vez de forma más profunda, hasta que estés totalmente en relax.

Paso 2: Tómate tiempo para recrear una sensación de amor en tu interior, visualiza delante de ti a alguien que quieras mucho, alguna persona o animal o recrea una situación de amor, lo bueno que tiene el cerebro como cuento siempre, es que no es capaz de distinguir entre que es real y qué es imaginado, lo vive exactamente igual.

Con toda esta información lo que pretendo es que comprendas la importancia del funcionamiento de la cabeza y el corazón para poder crear un buen espacio de comunicación.

3.6 VALIDANDO MIS EMOCIONES Y LAS DE MI ANIMAL

Este es uno de los pasos fundamentales, es muy importante que para poder validar las emociones de tu animal, seas capaz de validar las tuyas propias. Más arriba ya hemos hablado de las emociones y cómo muchas veces no somos conscientes de todas las que tenemos y como gestionarlas, y lo que hacemos es solaparlas, encerrarlas y hacer cómo si no existieran, pero están ahí, generando conflictos inconscientes y haciendo que esos conflictos salgan al exterior en muchas ocasiones sin ni siquiera darnos cuenta, y eso afecta a nuestro entorno y a todos los seres vivos que se encuentran en él, hasta a nuestras plantas, por eso es importante tomar las riendas de lo que ocurre en nuestro corazón.

A nivel social, nos enseñan que no es válido tener según qué tipo de emociones, pero eso no es real, TODAS LAS EMOCIONES SON VÁLIDAS, las nuestras y las de nuestro animal. Desde aquí te mando una pregunta, ¿cómo te gustaría que alguien desde fuera tratara tus emociones cuando las expresas?, contesta antes de seguir leyendo.

..... ¡BIEN!, pues ahora tú tienes que tratar las tuyas y las de tu animal de la misma manera que te gustaría que alguien externo lo hiciera por ti.

La realidad es, que sólo uno puede hacerse cargo de sus propias emociones y sólo la gente de fuera las tratará con amor y respeto, cuando yo las trate de esa manera.

Los animales respetan sus propias emociones, tienen una inteligencia emocional superior en muchos casos a los seres humanos, cómo ya te he contado, gestionan mucho más rápido todo lo que ocurre en su entorno, y saben fluir perfectamente con lo que va ocurriendo, superando traumas (si se hace de manera correcta) mucho más rápido que cualquier animal HUMANO. Sin embargo, lo que se encuentran en su hogar es que sus responsables no validan lo que ocurre dentro de ellos, sus necesidades cómo especie y cómo individuo, sus conflictos emocionales, y la incapacidad para poder gestionar según que situaciones porque les superan debido a su sensibilidad profunda, que nosotros también tenemos pero hemos aprendido a bloquear.

¿Has pensado alguna vez que puede ser que no seas capaz de validar las emociones de tu animal, porque desde que eras pequeñ@ no han validado las tuyas propias, y quizás no sabes cómo hacerlo por ese motivo?

Sé que es una pregunta compleja, y también sé que te estarás preguntando cosas cómo...:

¿Cómo lo distingo? ¿Cómo sé si lo estoy haciendo porque en mi infancia me lo bloquearon? ¿Y ahora cómo lo soluciono? ¿Tengo que ir a terapia...? Bueno, siendo sincera, ir a terapia nos viene bien a todos, y es algo MUY SALUDABLE, pero NO. Este no es un libro de terapia, si no de comunicar con nuestros animales, así que vamos a ver cómo gestionarlo desde ese punto.

Te he dicho varias veces que la comunicación con animales es muy bidireccional, y que en la medida en la que me paro a comprender a mi animal, lo que ocurre es que cada vez me voy conociendo más a mí mism@ y eso me ayuda/“obliga” a evolucionar con el proceso, por eso te dije que iba a ser una experiencia y no algo para leer y dejar en el olvido.

Bien, pues en el momento en el que con la comunicación comienzo a conectar con la sensibilidad de mi animal, empiezo a destapar todo aquello que no he validado en mí, y el proceso puede ser muy agradable y amoroso o puede ser un proceso complicado si me resisto y caigo en la culpa, y todo va a depender del proceso mental que haga, y cómo decida afrontarlo, incluso los momentos bajos si los enfocas desde que son un gran aprendizaje y cualquier cosa que mi animal refleja es un lugar seguro y amoroso, va a ser algo maravilloso a nivel evolutivo.

Por eso ellos son para mí, los mejores maestros, marcan el ritmo que su alma y mi alma necesita, todo lo hacen desde el amor, la comprensión y la empatía, por lo tanto nunca va a ser un aprendizaje duro si comprendo que la raíz es el amor incondicional.

3.7 EMPATÍA REAL, CONECTANDO CON LAS EMOCIONES DE MI ANIMAL

Llegados a este punto, comprenderás la importancia de conocer lo que es la empatía, así que primero compartiré el concepto puro y duro a nivel etimológico.

*La **empatía** es la participación afectiva de una persona en una realidad ajena a ella, generalmente en los sentimientos de otra persona (incluiré aquí o animal, planta, mineral)*

Pero hay algo que no te han contado sobre la empatía, y es que es algo subjetivo, y ¿por qué? Porque si no uso la telepatía si no conecto con la emoción del otro, lo que estoy haciendo en realidad es una empatía cognitiva, pero no emocional.

Te voy a explicar la diferencia. Empatía cognitiva es, saber lo que le está ocurriendo al otro ser, pero pasarlo por mi registro emocional de situaciones similares y sentirlo a partir de lo que yo recuerdo de haber vivido cosas parecidas.

Un ejemplo: Si alguien llega a un curso mío tarde, porque le ha costado trabajo aparcar, yo que aparco bastante mal, le voy a comprender y voy a conectar con mis emociones de frustración y de rabia cuando no puedo aparcar, pero igual la otra persona lo que le produce es enfado, tristeza y vergüenza; cómo ves las emociones son distintas frente a una misma situación. Mi cerebro lo que hace al comprender la situación es conectar con esa emoción mía de archivo que he sentido en otras ocasiones.

La empatía emocional, siempre va acompañada de la cognitiva, pero además somos capaces de sentir exactamente lo que siente ese otro ser, con humanos es más complejo, porque tenemos muchas barreras a nivel inconsciente cómo hemos visto que hacen que nos protejamos de que los demás sepan cómo nos sentimos. Pero, con los animales, al no existir esas barreras y cómo ellos quieren que sepamos cómo se sienten, es mucho más fácil conectar con esa emocionalidad.

Cuando conectemos con un animal, no sólo tenemos que estar pendientes de **qué pasa**, si no de **cómo está viviendo esa situación el animal** (ya que en la mayoría de los casos no es lo que pasa si no el cómo me tomo lo que está pasando) y **qué haría ese animal para solucionarlo** (más adelante te explicaré el cómo llegar a un acuerdo), esos son los 3 principales bloques que tenemos que atajar siempre en cualquier comunicación, son los más importantes y los más significativos.

Sé que hay conceptos que estoy repitiendo de manera constante, y es necesario, el cerebro aprende por repetición. Así que cuánto más lo leas desde diferentes puntos de vista el cerebro se irá haciendo a la idea y lo irá integrando de manera profunda. Las emociones de los animales son más intensas que las nuestras, en el siguiente bloque veremos cómo funciona el cerebro, y entenderás por qué el suyo gestiona las emociones de manera distinta, así que no sólo tendremos que desarrollar la empatía cognitiva si no la empatía emocional a un nivel profundo, comprendiendo de una manera intensa y profunda y con un gran trabajo de desarrollo personal las emociones ajenas y desarrollando una empatía REAL y COMPLETA.

Aquí es donde viene una de las complicaciones y es donde tenemos que quitarnos los bloqueos, los miedos a la hora de sentir, una vez más...

4. PROTOCOLO DE COMUNICACIÓN ANIMAL

4.1 LAS BASES DE LA COMUNICACIÓN

En esta parte hablaremos de lo que son las bases fundamentales a nivel de estructura y conocimientos básicos que necesitas saber para hacer una comunicación animal.

Obviamente hay factores que cambian, si tenemos en cuenta que es una comunicación con un individuo con el que vivimos de manera regular, y que nos conoce lo suficiente, y sabe lo que pensamos a cada momento, y además cómo hemos visto, tienes que estar mucho más pendiente porque te hace de espejo en cada una de las situaciones.

Cuando realizamos una comunicación con nuestro animal tenemos que ser conscientes, de que él nos conoce de todas las maneras posibles, es el ser que más tiempo pasa con nosotros, que es capaz de saber nuestros pensamientos, y nuestras emociones, es al único al que no podemos esconderle nada. Sin embargo, esto no es para que tengas presión con ello, si no para que seas consciente de tus pensamientos y de cómo plantear dicha comunicación, así que vamos a sumergirnos en esto.

Cómo te he ido contando, los animales tienen un rango de percepción en cada uno de sus sentidos mucho más amplio que el nuestro, ven más, oyen más, sienten más y perciben con su sexto sentido más; en definitiva, juegan con ventaja a la hora de percibirnos a todos los animales, por eso con ellos jamás funcionará una mentira, otra cosa es, que en su inmensa inocencia y amor incondicional, decidan pasar por alto diferentes circunstancias y quedarse principalmente con lo bueno que tenemos en esencia todos los seres humanos.

Ellos son grandes maestros de vivir en el presente, y por lo tanto consideran que en cualquier momento una situación puede cambiar, los animales son grandes precursores al cambio, ya que no se plantean el tiempo de una manera lineal como nosotros, ni tampoco se atan a etiquetas absurdas sobre qué se supone que somos de una manera inamovible. Son conscientes de la plasticidad de las situaciones y de la capacidad de cambiar en cualquier momento, para comenzar a dar pasos y convertirte en alguien distinto.

Hubo una frase que escuché una vez que me encantó: “Sé el tipo de persona que tu animal cree que eres”, y me pareció la referencia más mágica que podía haber, resumiendo en una frase la transparencia y la esperanza con la que nos ven nuestros animales.

Por eso, de alguna manera creo que estamos en deuda con ellos, de ser las personas que esperan y de comunicarnos con ellos de la manera que se merecen.

4.2 HISTORIA DE LA COMUNICACIÓN Y DESMITIFICACIÓN

En esta parte voy a contarte como hemos ido cambiando la posibilidad de comunicarnos con ellos y por qué, y para que comprendas y te marques a fuego en la cabeza que se trata de algo innato y que nos pertenece porque somos también animales; un poco atrofiados me atrevería a decir (en algunos aspectos esenciales), pero animales al fin y al cabo.

No voy a explicarte el desarrollo de lo que es la técnica de la comunicación con animales a lo largo de la historia, para eso ya tienes el nivel 1 de comunicación o el libre de “Aprende a hablar con los animales”, y yo no soy mucho de repetirme salvo en aquellas cosas esenciales y que el cerebro necesita registrar.

La realidad es que la comunicación con animales es una de las cosas más antiguas que existen, esa conexión con la naturaleza, con el entorno, no sólo de una manera espiritual, sino también por supervivencia, cuando vivíamos en plena naturaleza, necesitábamos estar profundamente conectados con el entorno en el que vivíamos, no había otra opción para poder sobrevivir, para cazar, evitar que nos cazaran, sentir las estaciones, los momentos de lluvia y de sol, esa consciencia sobre el entorno y los animales era nuestra manera Universal de estar conectados.

Pero, poco a poco fuimos desconectándonos de eso, empezamos a introducirnos en un mundo de egocentrismo, y antropocentrismo, dónde el ser humano cogió la postura de ser superior, y la creencia de que todo lo demás que existía tenía que estar a su servicio. Eso creó una desconexión profunda del entorno, y de los animales. Al considerar que eran “objetos” a nuestro servicio (y soy consciente de que esto suena duro, pero es una realidad), cortamos la comunicación con ellos, si no escucho lo que ese ser tiene que decir, no entro en conflicto para no hacerlo y sigo gestionando como yo considero.

Ahora me dirás, que tú obviamente no usas a tu animal para cosas como cazar ratones o defender la casa o para que te lleve en su lomo a algún sitio; pero, ¿qué expectativas tienes con tu animal?, ya lo hemos visto y ya hemos hecho el ejercicio, y realmente esta es otra forma sutil de cosificación, en el momento en el que consciente o inconscientemente (en la mayoría de los casos), considero que mi animal tiene que cubrir mis necesidades emocionales, y ya no sólo eso sino que tiene que ser cómo yo considero que es correcto que

sea, sin conocer ni aplicar las necesidades básicas para el desarrollo de su animalidad, ya estoy cosificando, con diferentes matices pero cosificando al fin y al cabo.

Cuando somos pequeños, y todavía no hemos desarrollado el lenguaje, ni nos hemos dejado guiar por las leyes sociales que nos imponen al ir creciendo, el niño no diferencia entre si el animal es más o menos que sus compañeros del parque, se crean en igualdad de condiciones y comparten el lenguaje primario y Universal, de las emociones, la coherencia y la empatía. Las madres suelen saber lo que el bebé necesita, hay cómo un vínculo especial de intuición, ese vínculo en realidad es el bebé mandando esa información telepática a su madre para sobrevivir, pero al ver que la madre a veces tarda en responder opta por llorar y al ver una respuesta más rápida, cambia la telepatía por una llamada sonora más activa, ya que depende de sus progenitores para sobrevivir.

Con esto quiero que te quedes con la idea clara de que es algo innato, que todos hemos sido bebés que nos hemos visto “obligados” a desarrollar un lenguaje verbal para recibir atención de forma automática para “sobrevivir” ya que somos absolutamente vulnerables, mucho más que los animales, al fin y al cabo un potrillo a las 2 horas está comiendo y corriendo detrás de su madre, nosotros comenzamos a poder caminar al año, mientras tanto necesitamos protección ABSOLUTA hasta para darnos la vuelta por parte de nuestros padres, por eso olvidamos la telepatía y comenzamos a verbalizar.

La capacidad existe, ahora sólo nos queda desarrollar el entrenamiento correcto, coger el hábito e introducirlo en el día a día cómo algo que forme parte de manera natural y no como algo extraordinario o mágico; así que deshaz este sistema de creencias repitiéndote de manera reiterada que es algo innato, que todos podemos hacerlo y que tú no vas a ser un ser extraño que no pueda recordarlo, pero necesitarás un buen hábito y constancia, no lo olvides.

4.3 LOS HÁBITOS EN LA COMUNICACIÓN CON ANIMALES

Siempre hemos tenido un planteamiento confuso con respecto a los hábitos, pensamos que llegar a hacer algo como meta es un hábito, pero eso no es real, el hábito se divide principalmente en 4 fases. Te las voy a definir con ejemplos de comunicación animal, pero es aplicable a cualquier situación en la vida, por eso creo siempre que la comunicación con animales es algo que nos enseña a todos los niveles, porque muchos de los conceptos son aplicables a todos los aspectos de la vida.

1.- **Señal:** Siento que no comprendo qué le pasa a mi animal y eso me pone en una situación incómoda en la que quiero poder tener una buena convivencia o ayudarlo o necesito que sea plenamente feliz porque le adoro.

2.- **Anhelo:** Cómo me gustaría saber lo que piensa y siente, así podré ayudarlo mucho mejor.

3.- **Respuesta:** Me pongo a estudiar comunicación con animales, me pongo en acción con todas mis ganas.

4.- **Recompensa:** Empiezo a ver resultados y quiero continuar.

Estos 4 pasos son un círculo que se retroalimenta siempre y cuando llegue a las 4 fases y sobre todo a la de recompensa, pero ¿qué ocurre si no llegamos a la fase de recompensa? (O eso creemos, mejor planteado) ¿qué pasa si somos tan EXIGENTES y tan DUROS con nosotros mismos que ponemos la expectativa tan lejos que nunca llegamos a cumplirla?

Pues que obviamente nos desmotivamos y nuestro cerebro considera que no merece la pena invertir en algo que no nos genera beneficio, y dejamos de hacerlo...

Para crear un buen hábito tienes que tener en cuenta dos conceptos:

1.- Que haya una recompensa que sea **REALISTA, MEDIBLE y SANA**, quitando la frustración y ¿cómo se consigue eso?, desglosando nuestra meta ABSOLUTA que podría ser: “entender a mi animal perfectamente de manera constante y saber a cada momento que siente y piensa” en metas cortitas a las que podamos llegar y podamos celebrar cada vez que subamos un escalón, por ejemplo: “hoy he conseguido sentir cómo se encontraba en la calle”, “hoy he visto una imagen muy clara de lo que me estaba pidiendo” etc... y cada vez que algo así ocurra felicitarme mucho más por lo que he conseguido que juzgarme y castigarme por lo que no he llegado a hacer, el sistema de recompensa es ESENCIAL, para que quieras seguir generando el hábito de comunicar y desarrolles la constancia, sin él no existe NADA.

2.- Y lo que es aún más interesante, y para mí ha sido LA CLAVE, en todos los hábitos que he desarrollado, preguntarme cada día en cada acción ¿qué haría la persona en la que me quiero convertir si ya fuera esa persona?, me explico: ¿qué haría en “x” situación si fuera comunicador animal? ¿Cómo actuaría si estuviera comunicando con mi animal?. Es mucho más fácil generar un hábito siendo consciente de la persona en la que te quieres convertir, que proponiéndolo como una meta. Pruébalo, es una pasada.

Cosas importantes para generar un buen hábito además de las que hemos visto, es ESENCIAL que te hables bien, que seas condescendiente contigo, que comunicar te genere bienestar y sea un momento de calma SIN INTERRUPCIONES (móvil, gente, cualquier cosa que te saque de ese momento). Nunca vas a ser capaz de generar un hábito si la situación te genera malestar, es muy importante que seas consciente de esto. Así que vívelo como un momento de disfrute entre tú y tu/s animal/es. Al fin y al cabo todos necesitamos desconectar de la rutina del día a día y conectar de manera profunda con nuestro corazón y con el de nuestro animal.

La comunicación con ellos es fundamentalmente emocional, hay veces que ni siquiera va a haber palabras, ya que las mismas palabras son “limitantes” y en ocasiones es complicado definir todos los matices de una emoción en un lenguaje verbal por muy hábil que seas con las palabras. Es cierto, que a la hora de tener que expresarlo, sobre todo cuando la comunicación es con otros animales y tenemos que exponérselo a su responsable necesitamos usar las palabras, pero en muchas ocasiones lo mejor que puedes hacer con tu propio animal es simplemente sentir y permitir que esa información entre de manera sutil y te modifique y te toque el corazón sin necesidad de buscarle la racionalidad, y créeme que el comprender genera más cambios que comprender a nivel mental. No todo tenemos que controlarlo muchas veces la comunicación va de dejarse llevar, dejarse sentir y soltar las riendas, reconectar con nuestra animalidad y sentirnos un ratito en paz con nosotros mismos.

4.3 ÉTICA DE LA COMUNICACIÓN CON ANIMALES

Esta suele ser la parte que menos gusta a la gente, pero es realmente necesaria, para mí esencial, ya que la línea entre favorecer o desfavorecer a un animal con la comunicación es muy fina, y nuestro egoísmo juega muy en contra de manera inconsciente. Así que intentaré ser lo más clara y concisa posible en esta parte para que no haya lugar a dudas, son cuatro conceptos sencillos, pero fundamentales, pon TODA tu atención.

La comunicación SIEMPRE TIENE QUE SER A FAVOR DEL ANIMAL, hagas lo que hagas y tienes que tener en cuenta (y esto sin caer en la culpa) que un 95% de lo que ocurre con tu animal está directamente relacionado contigo, por lo tanto al ayudarle a él sin querer imponer tu necesidad y llegando a un acuerdo os va a ayudar profundamente a ambas partes.

La comunicación con animales es siempre un trabajo en equipo, y JAMÁS sustituye una visita al veterinario, aunque haya emociones detrás de la patología que vamos a trabajar, y eso se trabaje profundamente con la comunicación con animales y podamos hacer la liberación psicosomática asociada a ese conflicto que ha producido la enfermedad, es importante que el veterinario esté detrás para solucionar la parte física, no podemos ignorar que cuando una emoción mal gestionada ya ha tocado el plano físico, es fundamental trabajar ambos aspectos y ser responsable.

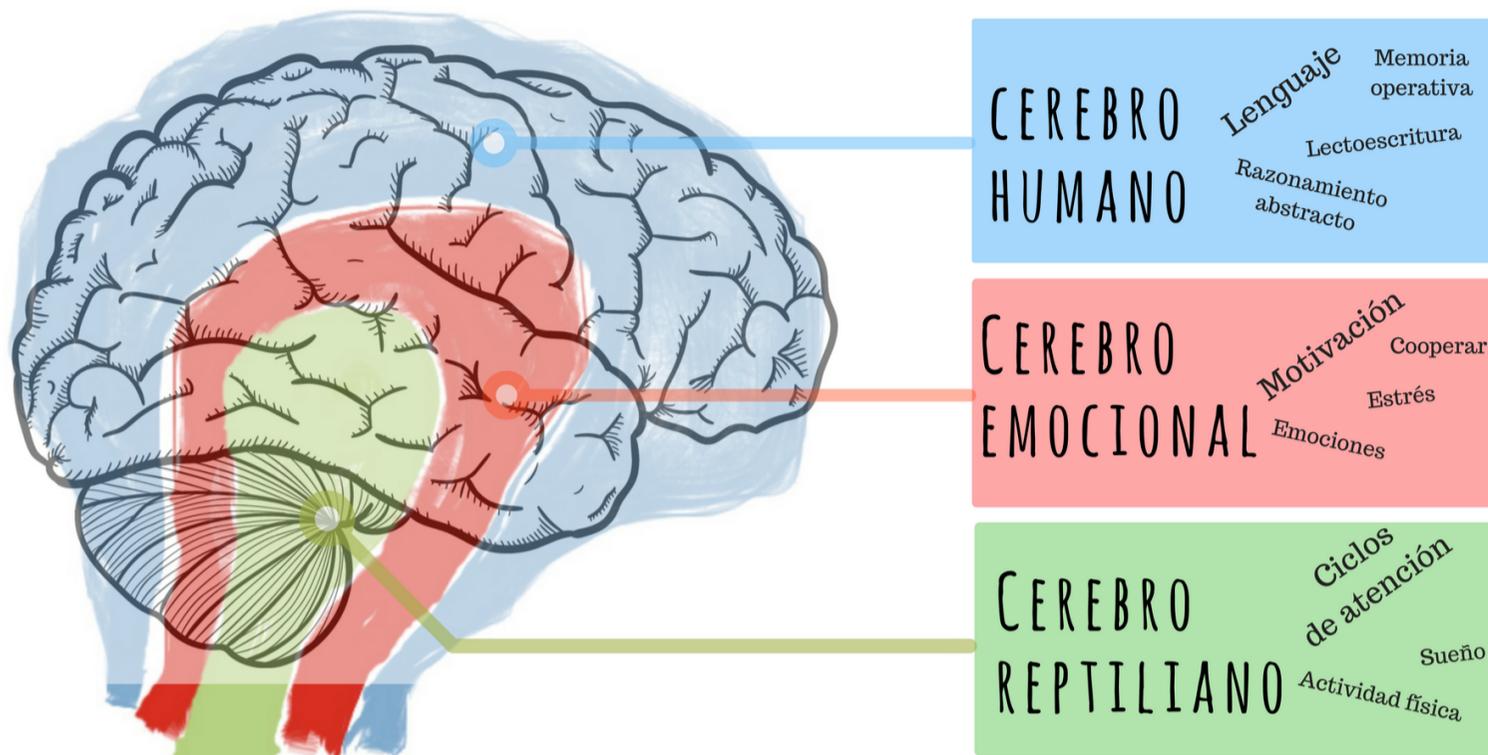
Hay patologías que se producen también por una mala alimentación, o porque las necesidades básicas como especie y cómo individuo no están cubiertas, y en este caso, la comunicación servirá fundamentalmente para reconocer qué aspectos emocionales no están cubiertos, pero tendremos que tomar la acción para solventarlos desde un plano 3D, aquí el trabajo energético servirá de poco (por no decir de NADA) si no se toman acciones directas sobre aquello que de base está mal.

La base principal de la comunicación es la validación de las emociones del animal, y de las nuestras propias; llegando a un acuerdo intermedio dónde ambas partes se encuentren conformes y favoreciendo el bienestar del animal. En ningún momento usaremos la comunicación animal para imponer nuestra opinión frente a la del animal; por eso es muy importante ser consciente de qué acciones ocurren desde el ego y cuales desde la plena intención de ayudar y mejorar la convivencia; esto por supuesto, es un análisis personal que cada uno tiene que realizar en cada comunicación.

A estas alturas, ya sabrás que tiendo mucho a la practicada, y sé que algunos puntos de este código ético pueden parecer evidentes, pero teniendo en cuenta la cantidad de situaciones que he vivido en las diferentes consultas, realmente no me arriesgo a dejar trazos al aire sin definir, por muy obvios que parezcan.

5. EL CEREBRO Y LA COMUNICACIÓN

5.1 ¿CÓMO FUNCIONA EL CEREBRO DE LOS MAMÍFEROS?



El cerebro de los mamíferos es exactamente igual en todas las especies, en lo que a partes se refiere, obviamente luego se modifica según fisionomía y morfología craneal y en el grosor y desarrollo o subdesarrollo de las diferentes áreas, pero la materia prima es la misma.

NEOCORTEX

En la parte frontal: Lóbulo frontal es el 40% de todo tu cerebro. Ésta parte sería como el director de orquesta del cerebro, es nuestra parte ejecutiva, y también aquella que da mil vueltas a todo lo que ocurre en nuestro día a día. Es la parte que nos ayuda a inventar, especular, (proyecciones a pasado y futuro, lo que veíamos arriba), **CONCENTRARNOS** (ésta es importante), tener intenciones etc.... Por lo tanto será nuestro **TRADUCTOR** como comunicadores animales, nuestro centro “creativo”.

-Lóbulo occipital: Se encuentra en la parte posterior y es el que tiene que ver con la zona visual y auditiva del cerebro. Es quién te ayuda a tener nuevas experiencias.

LÍMBICO

El sistema límbico en primera instancia es el encargado de todas las funciones automáticas del cuerpo, por lo tanto es aquél que nos mantiene con vida.

Pero además está directamente vinculado con la neocorteza, en el momento en el que yo empiezo a generar un nuevo sistema en mi neocortex, que me relaciono con experiencias nuevas, pero no sólo a nivel teórico, si no que me involucro en ellas y las llevo a cabo. Mi sistema límbico empieza a producir un input emocional y bioquímico al respecto. En el momento en el que te sientes experimentando esa misma situación en vez de tenerlo en el plano teórico, estás enseñando a tu cuerpo a responder a aquello que tu mente ya conocía a nivel teórico y a producir químicamente aquellas sustancias que harán de ese conocimiento teórico algo inherente en tu forma de ser. Y por lo tanto, estarás comenzando a actuar en COHERENCIA, más adelante os introduciré en la parte de la coherencia cardíaca y su importancia en la comunicación animal.

Aquí entra un factor importante, el cerebro, tiene memoria, y si ya has sido capaz de vivir una experiencia en concreto (la comunicación animal), tienes la capacidad de reproducirla las veces que necesites, por lo tanto cuanto más veces la repitas de forma correcta, estarás enseñando a tu cuerpo y tu mente bioquímicamente a generar esa situación en el momento que desees. Siempre he hecho mucho hincapié en la necesidad de crear un buen hábito en las primeras veces que realizo la comunicación animal, porque eso repercutirá en que mi cerebro quiera o no repetir la experiencia. El cerebro de forma natural nos aleja de aquellas experiencias dolorosas, porque bioquímicamente le destruye, por lo tanto siempre mi experiencia entorno a cualquier hábito que quiera tener tiene que ser lo más agradable posible. Si considero que la comunicación se tiene que hacer con prisa, o que voy a hacer el ridículo o me voy a sentir incómodo porque las emociones van a ser duras, mi cerebro se protegerá y será una experiencia que no quiera repetir porque bioquímicamente combinando el pensamiento del neocortex con la respuesta bioquímica del límbico estaré creando algo dañino.

Sin embargo, si mi conocimiento teórico es bueno, mis palabras son amables, y mi sistema de creencias es equilibrado, mi experiencia física y bioquímica será satisfactoria y mi cerebro estará encantado de seguir recreándola una y otra vez, creando un hábito enriquecedor entorno a la comunicación animal. Y si es algo que tu cuerpo sabe hacer tan bien como tu mente, se convertirá en algo totalmente innato en ti. Por eso los antiguos, tenían esa comunicación fluida con el entorno, animales y plantas, era algo que formaba parte de su vida como medio de supervivencia y de comunión también con el entorno de una manera espiritual y sagrada.

En el momento en que activas esa capacidad de hacerlo, sin ni siquiera saber que lo estás haciendo, (esto claro está, se consigue a través de la práctica, no sólo mucha, si no además como ya te he dicho una práctica correcta) entra en funcionamiento otra parte del cerebro.

CEREBELO

Es el encargado de generar recuerdos implícitos o no declarativos, en el momento en el que has hecho algo tantas veces ya no es lo que haces, es QUIÉN eres y entonces es cuando ya no “haces comunicaciones”; “eres comunicador animal”, pero ya no sólo eso...porque ser comunicador animal, no es una profesión es un estado de reconexión con la conciencia que poseíamos antes de pertenencia a un todo, llámalo Universo o como desees llamarlo. Pero la realidad, es que te hace estar conectado de nuevo con el planeta y con todos sus seres, sin pensar ni siquiera que lo estás haciendo. Eso abre enormemente el corazón y la consciencia.

El camino es pasar de la mente, al cuerpo, y del cuerpo al alma, recordando aquello que nos pertenece por propia naturaleza.

El segundo concepto del que quiero hablar es la coherencia, piensa en la coherencia como un ritmo o una sincronización, las personas que viven con estrés, siempre se encuentran en huída aunque no sean conscientes de eso, y en ese momento su cerebro funciona desde la parte más primitiva, el CEREBRO REPTILIANO, en ese momento estás intentando predecir o controlar un resultado, por lo tanto es cuando estás anticipándote a lo que sucederá en la comunicación animal, y es cuando comienza tu duda acerca de si lo que estás recibiendo es real o te lo estás inventando. Además actúa directamente sobre nuestra atención, al estar con químicos en el cerebro de huida, nuestra atención se abre a muchos frentes, por si acaso alguno de ellos es el que “nos va a matar”, impidiendo de esa manera que podamos concentrarnos en la comunicación que vamos a realizar. Por eso os hago tanto hincapié en el tema de la respiración, el chequeo físico y emocional antes de comenzar con cualquier tipo de conexión con un animal. Esto favorecerá nuestra concentración y nuestra predisposición a recibir la información sin expectativa ni necesidad de control.

Pero ya no sólo con el tema de la comunicación al tener estrés como si de una tormenta eléctrica se tratara, el cerebro comienza a mandar impulsos eléctricos incoherentes, y si tu cerebro está en incoherencia, tú automáticamente estarás en incoherencia también. Y eso es lo que hace que el cerebro empiece a funcionar de forma separada, como si los diferentes compartimentos fueran diferentes casas que ni siquiera están comunicadas entre ellas, produciendo una disociación entre la información en forma de ondas que recibimos del exterior (mundo o comunicación animal) y la traducción que hacemos del mismo.

La coherencia es cuando el cerebro empieza a unificar esos circuitos neuronales y comienza a funcionar con todas sus partes conectadas, y para eso es necesario encontrar la manera aunque sea puntual (hasta que se transforme en hábito y cambie tu vida) de modificar el estrés.

Para poder controlar las partes del cerebro que nos pueden bloquear la comunicación, lo principal es RESPIRAR y en esto te voy a insistir de forma constante, dentro de nuestro cerebro hay una zona que se llama complejo pre- botzinger que identifica cómo respiramos, si por la nariz, por la boca, por una fosa por las dos, y lo que hace es que al respirar POR LA NARIZ, se produzca un efecto de relajación en el cerebro, que hace que la amígdala que es otra pequeña pieza que está en el cerebro se apacigüe y deje de mandarnos mensajes constantes y sin sincronías.

De hecho la única manera de controlar la atención que ponemos en nuestros pensamientos y reconducir nuestra mente, es a través de la respiración, no podemos controlar nuestros pensamientos, pero si podemos controlar a través de la corteza cingulada dónde decidimos poner la atención y poco a poco ir entrenando este sistema para cada vez conseguir estar más concentrados y más pendiente de mis pensamientos.

5.2 EL CEREBRO LÍMBICO Y LAS EMOCIONES

Sabías que cada vez que haces un cambio emocional, de alegría a tristeza, ira a calma, amor ansiedad de inmediato al menos 1400 cambios bioquímicos tienen lugar dentro de ti de forma instantánea y afectan tu cuerpo por horas. Las emociones negativas vierten a tu torrente sanguíneo adrenalina y cortisol que circula por tu cuerpo durante horas. Sin embargo, las emociones relacionadas con el amor y la paz dan a tu cuerpo hormonas de tipo regenerativo, como la hormona anti envejecimiento DHEA (deshidroepiandrosterona), es una prohormona endógena secretada por las glándulas suprarrenales. Es un precursor de los andrógenos y estrógenos.

Y te preguntarás ¿cómo afecta el cerebro límbico a esto?, pues bien, el cerebro límbico es el encargado de generar las respuestas bioquímicas a los sentimientos producidos; y te vuelvo a recordar que sentimiento y emoción no es lo mismo. La emoción es la primera respuesta del cerebro a un hecho externo y el sentimiento, es dicha emoción vinculada a cierto pensamiento generando una estructura, que en la mayoría de los casos se podría definir como expectativa, y ¿qué es lo que ocurre cuando esa expectativa no se cumple?, que nos

genera frustración, y al generarnos frustración por no poder controlar lo que está ocurriendo o lo que nos gustaría que ocurriera, comenzamos a crear estrés.

El estrés (entendido como algo negativo, porque el estrés no es malo si le damos un significado mental positivo, en ese momento si el cuerpo lo gestiona de manera fisiológica como alegría y coraje, pero el estrés mal gestionado) acumulado en el cuerpo merma nuestra energía y nuestra atención, además de nuestra intuición, por eso es tan importante implementar en nuestro día a día pequeños momentos de calma que ayudarán profundamente a nuestro sistema límbico a sentirse mucho más relajado y coherente, aunque sea durante el proceso en el que vamos a conectar con la comunicación animal, por eso la comunicación es un proceso de sanación bidireccional, porque nosotros ponemos voz al animal, pero en el proceso de entablar esa comunicación, estamos mejorando todos los procesos bioquímicos y emocionales de nuestro cuerpo y de nuestra mente, pero para eso hay que ser muy consciente de cómo me encuentro.

Uno de los puntos fuertes que quiero que tengas en cuenta, es que no estamos condicionados por nuestros genes, ni experiencias pasadas y que **TODO, ABSOLUTAMENTE TODO es entrenable.**

Antiguamente se pensaba que una vez morían ciertas neuronas en el cerebro no se recuperaban,

pero ahora hay una nueva rama llama neurogénesis que habla de que cada vez que creamos un nuevo hábito o comenzamos con una nueva actividad, nacen neuronas y sinapsis nuevas.

Desde luego, hay muchos más aspectos que condicionan nuestras emociones, recientemente se ha demostrado que cómo esté nuestra flora intestinal también afecta a la diferente producción de sustancias químicas y por tanto a nuestras emociones, que generarán pensamientos, que generarán sentimientos.

Cuando insisto tanto en la importancia de generar hábitos correctos en el día a día para comunicar, es porque una buena alimentación, una correcta hidratación, buen descanso y pensamientos positivos van a influir profundamente en nuestro bienestar, y por ende en nuestra capacidad para comunicar y en el bienestar intrínseco de nuestros animales, y parece una tarea difícil, pero realmente sólo consiste en crear los hábitos correctos.



5.3 NUESTRO SISTEMA DE CREENCIAS AMIGO O ENEMIGO

El sistema de creencias, algo tan sutil y profundo que nos condiciona en cada uno de los aspectos de nuestra vida. Definamos sistema de creencias:

“El sistema de creencias es lo que opinamos sobre nosotros mismos, sobre los demás y sobre la vida. Todo el conjunto de creencias es nuestro paradigma personal. El paradigma nos sirve de lente para interpretar la realidad. ... Son los valores sobre las cuales hemos decidido inconsciente o conscientemente vivir nuestra vida.”

Y ¿quién genera el sistema de creencias?

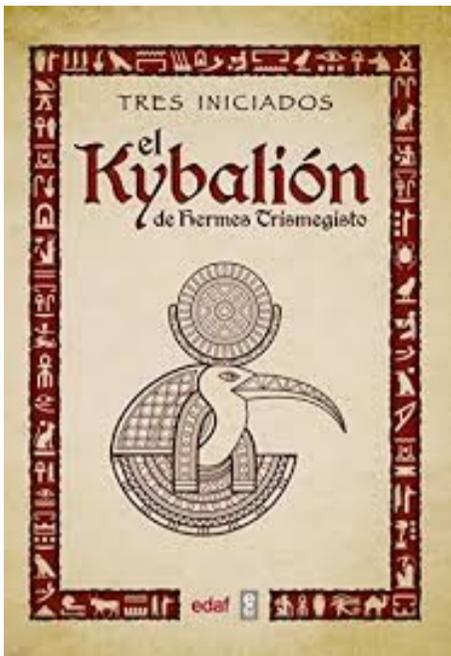
Nosotros, en equipo con nuestro cerebro y por supuesto el entorno familiar y social. Plantéate qué sistema de creencias te está ayudando y qué sistema de creencias te está limitando, tanto contigo mismo en tu día a día, cómo con la comunicación animal.

Hay algo que tienes que tener claro, y es que el cerebro es una magnífica herramienta ejecutora, y que dependiendo con lo que le programes, así actuará y así creará tu realidad, sólo obedece a todo aquello que le planteas.

Por eso es **TAN FUNDAMENTAL, los mensajes que le damos**, cómo le hablamos, y que cosas nos creemos de nosotros mismos y de todo lo que nos rodea. ¿Pienso quizás, que no soy suficiente? O ¿que la comunicación animal es muy difícil? ¿Qué los animales no pueden comunicarse como nosotros? O ¿Qué eso es para gente que está muy evolucionada?

Lo primero es que hagas una análisis de todas la creencias limitantes que desde que realizaste el primer contacto con la comunicación animal te está impidiendo llegar a “los resultados” que esperas, o a realizar la comunicación como a ti te gustaría.

Y a partir de ahí vamos a aprender cómo funciona el cerebro y cómo podemos educarlo a hacer las cosas de manera diferente.



De hecho, una de las primeras leyes del Kybalion (si no lo has leído te lo recomiendo mucho) habla de que todo en el Universo es mente, por lo tanto es fundamental controlar la mente para poder realizar todo aquello que deseemos, para mejorar, para establecer nuestro plan de vida...para ayudarnos principalmente a nosotros mismos y a partir de ahí poder ser una fuente de ayuda para los demás, en éste caso para el reino animal si es lo que queréis. Y para dominar la mente, es necesario comprenderla y saber cómo funciona, nunca podrás dominar nada que no sepas cómo funciona, ni de qué está conformado...

Empecemos por algunas nociones básicas sobre el funcionamiento del cerebro, lo que se creía que era, y lo que realmente es...

Durante mucho tiempo se infravaloró enormemente las capacidades del cerebro ya que sólo ocupa un **2% de la masa corporal**. Se creía que las regiones del cerebro eran básicamente “reactivas”, y que la mayor parte del tiempo estaban inactivas y sólo se activaban cuando llegaba un estímulo del exterior (esto hoy por hoy, se sigue manteniendo como idea en cómo piensan los animales, y ni en ellos, ni en nosotros, es real este concepto). Pero con el tiempo se descubrió, que este tan sólo era el funcionamiento de las neuronas musculares, no de las del resto del cerebro. Sin embargo, los 86.000 millones de neuronas del cerebro, que están conectadas formando redes enormes, nunca están inactivas esperando que algo las excite. Las neuronas siempre se están estimulando mutuamente. La actividad intrínseca del cerebro, es el origen de los sueños, la imaginación e incluye las sensaciones interoceptivas (internas) que son el origen de nuestras sensaciones agradables, desagradables, tranquilas, inquietas etc...

Esto es **IMPORTANTE**; pongámonos por una vez en el lugar del cerebro, él identifica el mundo encerrado dentro del cráneo, a través de fragmentos de luz, y bioquímicos que le dan indicaciones de lo que ocurre externamente, pero realmente él no tiene la capacidad de salir y explorar el mundo por sí mismo. El cerebro debe interpretar el significado de toda esa información, a base de las pistas que tiene en función de las experiencias pasadas que hemos ido generando. Y se pregunta qué combinación de experiencias pasadas encaja más con la información que está recibiendo y a partir de ahí genera una predicción. Esto me hace plantearme, **¿cómo de real vemos el mundo que tenemos fuera si siempre lo basamos en un conjunto de experiencias ya vividas?** A esto es a lo que me refiero con nuestro sistema de creencias. Por suerte, todo esto puede modificarse si educamos correctamente a nuestro cerebro, abriéndole a nuevos campos de información.

Piensa en tu cerebro, como tres cerebros en 1, literalmente es así. Tienes 3 cerebros que te permiten pasar de:

PENSAR → HACER → SER

La neocorteza como sabéis es la zona dónde habita la mente consciente, nos conecta con la realidad tridimensional y es más grande en humanos y en delfines.

5.4 CÓMO DESCODIFICA EL CEREBRO LA INFORMACIÓN A LA HORA DE COMUNICAR

Cómo ya hemos visto el cerebro es una gran máquina, que va a funcionar con el combustible que le demos a nivel de pensamientos, a mejor combustible más habilidades vamos a poder desbloquear y mejor vamos a funcionar.

Lo primero que tienes que entender es, que todo lo que te rodea son ondas y energía, la luz son ondas, el sonido son ondas, los colores al igual que la luz son ondas, el wifi son ondas, y **LA TELEPATÍA** son ondas.

Pero ¿por qué ciertas ondas si somos conscientes de recibirlas y otras no?, bien, esto se debe a que estamos terriblemente estimulados por un montón de información externa, y el cerebro tiene que seleccionar aquello que sea prioritario por urgencia o simplemente por sistema de creencias (por eso anteriormente, te insistí tanto en que repasaras cuál era tu sistema de creencias con respecto a la comunicación con animales, porque eso te puede favorecer o limitar).

Existe un concepto que se llama Sistema de Activación Reticular (SAR), para que lo entiendas de una manera sencilla, se trata de lo siguiente: “Yo voy a comprarme un coche rojo, y cada vez que salgo a la calle no hago más que ver coches rojos”, esto no quiere decir que ahora haya más coches rojos que nunca, simplemente que mi atención cognitiva ha hecho ese sesgo y pone la atención consciente en los coches rojos, por eso parece que hay mucho más de los que realmente hay.

Bueno, pues con la información que recibo del entorno, pasa exactamente lo mismo, si quiero recibir la información telepática por parte de mi anima, primero me tengo que abrir a la realidad de que esa información está siempre dando vueltas alrededor mío, y después comenzar a poner atención, leer sobre comunicación, ver vídeos, hacer cursos, profundizar

en el tema, leer sobre la mente de los animales (etología), es decir, empezar a darle al cerebro señales de aquello de lo que quiero estar pendiente, que comprenda que tipo de información quiero de manera consciente poner en primer plano.

Una vez esto ya haya ocurrido, y el cerebro comience a estar pendiente de esa información, esas ondas comienzan a entrar y mi cerebro tiene que descodificarlas para darles un sentido, lo primero es que tengas paciencia, sería absurdo que trataras de aprender cualquier idioma en 2 días ¿verdad?, tómatelo como el aprendizaje de un idioma, una práctica que vas a ir desarrollando de manera progresiva, así que ten MUCHA PACIENCIA CONTIGO.

Cuando las ondas llegan a mi cerebro, se van a ir traduciendo en imágenes, frases, sensaciones u emociones, y nuestra mente lo va a traducir en función de aquél lenguaje que sea más sencillo para mí. Por eso existe gente más visual, gente más sensitiva, gente más auditiva etc...y por eso no es bueno que NADIE se compare con NADIE, porque cada mente es un mundo, y cada descodificación, va a depender de cómo tu cabeza funcione.

¿Cómo voy a ir descodificando mejor la información, si voy a traducir lo que el animal me diga en función de cuáles son mis conocimientos?, teniendo cada vez más consciencia del espectro de emociones por ejemplo. Cómo hemos visto los animales son principalmente emocionales, y muchas de las comunicaciones que recibimos son esas emociones puras, y nuestro neocortex haciendo esfuerzos por traducir esa madeja de información y ponerle un sentido mental. Bien, conforme más consciente sea de las emociones, empezando por las mías propias, más atención les preste y más me fije en sus matices; más información voy a sumar y más matices voy a comprender de las ondas de información que mi animal me está mandando.

Por eso voy a insistirte tanto un poco más adelante, en la importancia del autoconocimiento a la hora de realizar las comunicaciones, de la importancia de mis chequeos, corporales y emocionales, son tantas cosas las que hay que tener en cuenta para comunicar....

Y créeme que la parte fácil es que te llegue la información, al fin y al cabo cómo hemos visto somos porosos y la información nos cala, lo “complicado” es aprender a descodificarla de la manera correcta, y eso sólo es práctica y tener un hábito bueno. El hábito correcto es el que te va a marcar la diferencia entre que consigas comunicar o no, esa es la realidad.

5.5 LAS ONDAS CEREBRALES Y DESDE DÓNDE COMUNICAR

¿Cuáles son las ondas cerebrales?

Beta Alfa Theta Delta



Beta y Alfa es dónde habita la mente consciente y alfa, theta y delta son la mente subconsciente, por lo tanto el puente que une ambas, son las ondas cerebrales Alfa, y es el rango en el que tenemos que trabajar como comunicadores telepáticos, el punto en que la mente consciente nos permite hacer las traducciones pero nuestra mente subconsciente está recibiendo esa información.

Ondas cerebrales beta: Son aquellas que me mantienen alerta y conectado con el mundo externo, cuando estoy despierto, son las que atienden a los estímulos que se encuentran fuera de mí. Hay las ondas beta bajas y las beta altas, que son aquellas que nos mantienen en situación de estrés constante.

Os contaré una historia, en los años 60 y 70 cuando se investigó sobre la bioalimentación hubo investigadores en la Universidad de Princeton que pasaron mucho tiempo queriendo cambiar sus ondas cerebrales de las beta a las alfa, pero por más que relajaban el cuerpo, olían incienso. Nada cambiaba sus ondas cerebrales hasta que un investigador dijo "me rindo" y delante de sus ojos las ondas cerebrales cambiaron como por arte de magia.

Cuando paso de beta a alfa, los patrones son más lentos y eso quiere decir que te mueves más allá de la mente analítica, entras a los programas subconscientes, desde dónde todo se puede trabajar y dónde se encuentran algunos de los recursos que traemos de serie. En alfa no escuchas la voz que te habla en tu mente y empiezas a ver en fotos e imágenes en vez de escuchar todas las dudas que frenan a la hora de comunicar, todas las dudas producidas por nuestro neocortex analizando la situación. Ese patrón alfa se produce a través de la meditación.

Las ondas theta, son unas ondas mentales en las que desconecto de mi personalidad, y estoy despierto en mi mente subconsciente, que es la que acepta las órdenes sin ni siquiera planteárselas. La atención pasa de la neocorteza a los centros subconscientes del cerebro.

Después estaría **Delta** que son las ondas del sueño reparador, en ese punto no hay casi actividad consciente, sería lo que llamamos el mundo de los sueños.

Gamma parece una onda cerebral más alta que Beta, es cuando el cuerpo manda sustancias químicas al cerebro, independientemente de que haya un peligro externo, y el cerebro se altera, y el mundo interno pasa a ser mucho más importante que el externo, pero en un estado de euforia, dicha y excitación.

Realmente de todos estos el estado que realmente nos importa para poder funcionar en la comunicación animal es el estado alfa, que es al que tenemos que llegar para poder crear una comunicación óptima.

Para pasar de Beta de nivel alto (dónde estamos condicionados por las hormonas del estrés) a Beta nivel bajo (el ideal del aprendizaje) hasta Alpha necesitamos la meditación. Para pasar de la mente consciente a la mente subconsciente necesitamos pasar por la mente analítica y bajar la intensidad de las ondas cerebrales.

Al bajar las ondas cerebrales pasamos del neocortex a fluir la información al sistema límbico dónde habita el sistema nervioso autónomo, que nos conecta con nuestra parte más “primitiva” por lo tanto con todos aquellos recursos que nos pertenecen por el simple hecho de ser animales. Y lo mejor es que fluyendo desde ahí puedes programar al neocortex para todo aquello que te propongas hacer, en esa base fluyen terapias del tipo Método Silva, PNL (que veremos más adelante), hipnoterapia etc...

Visto esto, y ahora que comprendes cuáles son las diferentes ondas cerebrales, te voy a explicar como funciona el cerebro para pasar de un lado a otro y cuál es la manera más EFICIENTE de conseguir trabajar en Ondas Alfa, que son las que nos interesan para la comunicación con tu animal.

La conexión que existe entre la parte más subconsciente y la zona consciente, se realiza a través de una parte del cerebro que se llama CORTEZA CINGULADA, que en conjunto con la ÍNSULA, manda al cerebro la información de una parte del cerebro a otra, y nos avisa de cuando nos estamos distraendo. Para que seas consciente, la atención se puede mantener un máximo de 15 minutos si no estás profundamente entrenado en la meditación, la parte buena es que esto se puede trabajar y que el proceso es relativamente rápido.

Aquí te marcaré la importancia de HABLARTE BIEN a ti mism@. En el momento en el que me distraigo, normalmente lo que suelo hacer es castigarme por ello, eso produce una respuesta bioquímica negativa en mi cerebro, y hace que la corteza cinglada prefiera no avisar de aquí en adelante que nos estamos distraendo, porque lo vive como un ataque a nivel químico. El problema de eso es, que si no me avisa, me va a costar MUCHO MÁS distinguir qué es comunicación o en qué momento me he distraído. Sin embargo, si cuando noto que me he desviado, lo acepto y doy gracias porque me ayuda a centrarme, la respuesta positiva, va a generar una carga bioquímica positiva y mi cerebro va a querer más, cada vez la corteza cingulada me va a avisar más, y yo voy a estar más presente, más consciente y con más centro a la hora de comunicar.

INSISTO, HÁBLATE BIEN, SI QUIERES COMUNICAR BIEN, SE COMPASIVO CONTIGO MISM@ SI QUIERES COMUNICAR BIEN.

Entonces, si yo sólo consigo mantener la concentración durante 15 minutos, ¿eso quiere decir que sólo puedo hacer comunicaciones durante ese tiempo?, la respuesta es NO. Lo que tengo que aprender es a respirar correctamente.

5.6 LA IMPORTANCIA DE LA RESPIRACIÓN PARA REDUCIR EL RITMO EN LAS ONDAS CEREBRALES

La única manera óptima para conseguir pasar de las ondas beta (presencia externa), a las ondas alfa (presencia interna y coherencia), es a través de la respiración.

La mayor parte de las veces cuando respiramos, no lo hacemos por consciencia, respiramos como mecanismo de supervivencia como algo inconsciente que mi cuerpo hace de manera mecánica, pero ¿y si ponemos atención en dicha respiración?.

En el cerebro hay dos zonas que nos ayudan a explicar todo esto, una es LA AMÍGDALA, para simplificar diremos que la amígdala esa la que da la carga emocional a todo aquello que ocurre y nos mantiene en alerta con el entorno, es la que valora si lo que ocurre fuera es

positivo o negativo, y la que nos ha permitido sobrevivir en condiciones hostiles. Lo que ocurre es, que la amígdala antes tenía el tamaño de una almendra, pero en la actualidad, se encuentra hipertrofiada, y en algunos casos ha llegado a coger el tamaño de una pelota de una nuez; esto es debido al nivel de estrés y el desarrollo tecnológico, por lo tanto cuesta mucho más trabajo poner atención sobre los procesos internos y solemos despistarnos con mucha más facilidad. Si te sirve de consuelo, no es algo que sólo te ocurra a tí, o te haga menos valido con respecto a la comunicación con animales, se trata de un mal de nuestro tiempo y que cada vez se ve más reflejado sobre todo en las nuevas generaciones, lo que llaman TDHA en niños, realmente es una hipertrofia de la amígdala.

Por suerte, existe otra zona en el cerebro que se llama, complejo pre-botzinger, este se encarga de decirle al cerebro cómo estamos respirando, si por una fosa de la nariz, por las dos de manera equilibrada, si por la boca etc... y tiene control directo sobre la amígdala, siempre y cuando RESPIREMOS POR LA NARIZ.

Las ondas alfa, son señales de STOP para nuestro cerebro, al tomar contacto con la respiración y poner plena atención en ello, el complejo pre-botzinger se activa, y genera ondas alfa desde la zona occipital del craneo hasta la zona delantera (corteza prefrontal dorsolateral) haciendo que la amígdala baje la actividad y permitiendo que nos centremos en nuestra información interna, obviando el mundo externo.

A los 15 minutos, vuelve a subir la actividad cerebral, pero se puede volver a reconducir, tomando consciencia gracias a LA CORTEZA CINGULADA y la ÍNSULA, y decidiendo volver a tomar presencia en la respiración, y no dejar que la AMÍGDALA tome el control de nuevo. Si practicamos esto, poco a poco el tiempo de concentración se va aumentando de manera progresiva, generando mayor tranquilidad, llegando a reducir el tamaño de la propia amígdala y permitiéndonos estar mucho más centrados y coherentes.

Ahora que conoces la importancia de todas estas piezas del puzzle, pasaré a desglosarte el protocolo de comunicación, pero estoy segura que toda esta información te servirá para comprender la importancia de cada paso y de esta manera generar un protocolo coherente y paciente a la hora de comunicar.

Como cualquier hábito, una vez lo tengas bien entrenado, saldrá por sí sólo sin que ni siquiera tengas que pensarlo, pero primero hay que comenzar PRACTICANDO.

6. EL PROTOCOLO EN LA COMUNICACIÓN CON ANIMALES

6.1 CONOCIENDO MI ENERGÍA

Como responsable de un animal, y como hemos ido desglosando a lo largo de todo este camino, supongo que habrás comprendido que tu energía es clave para el buen funcionamiento de la relación que tenéis.

Y no sólo esto, si no que además, en el apartado de descodificación de la información, también hemos sido conscientes, de que descodificamos en función de aquello que conocemos, conforme más información tengamos, de nosotros, de nuestras emociones y del entorno, mucho más vamos a poder comprender qué es lo que ocurre con nuestro animal.

Por eso, uno de los pasos principales antes de comenzar a comunicar con tu animal, o con cualquier otro, es un profundo chequeo de cómo me siento, de quién soy yo en ese día.

“¿En ese día, Clara?, dirás quién soy yo así en general”.

No, obviamente cada uno tenemos una esencia que en su parte más pura es inmutable, es nuestro rasgo de alma, sin embargo, nuestra energía va cambiando, dependiendo de cómo me encuentro en ese día, de qué emociones he vivido, de cómo estoy a nivel de energía etc etc... somos flexibles y no todos los días estamos igual. Esto es sano, y necesario, todas las emociones son necesarias, e importantes, y como ya hemos visto anteriormente tremendamente VÁLIDAS.

Esto no quiere decir, que mi energía tenga que estar ABSOLUTAMENTE PERFECTA antes de comunicar, nadie es perfecto, y ellos no pretenden que lo seamos, simplemente que seamos honestos con nuestras emociones. También es cierto, que ellos son muy sensibles a las emociones y a su energía, y ciertos picos emocionales les pueden resultar algo incómodos, esto para nada será nunca algo personal, o algo por lo que tengamos que ofendernos, si un animal un día no quiere comunicar con nosotros o quizás nos huye, simplemente tendremos que tomar consciencia en cómo está nuestra energía, observarla, hacer balance del día, aceptar las emociones que han aflorado, y si hay algo que no nos gusta pensar qué podríamos cambiar, para que mañana sea un día todavía mejor.

La realidad es, que no sirve de nada cuando observo mis emociones entrar en la culpa, (¡vaya una vez más la palabra CULPA!); nos solemos castigar en exceso. Cuando hago mi chequeo emocional, es importante que tome mucha presencia en cómo me encuentro, para poder identificar los máximos matices posibles de esa emoción, observándolo como si fuera una película, haciendo mi resumen del día y tomando conclusiones de cómo puedo mejorar, por mínima que sea la mejora aunque sea un 1% imagina lo que habrás conseguido mejorar tu vida en 1 año....un 365%.

Lo que marca la diferencia son los pequeños hábitos mantenidos en el tiempo.

Al analizar tus emociones, no sólo conseguirás comunicar mucho mejor y estar más presente, si no que estarás generando un bienestar interno en tí y en tu animal ya que él no tendrá que hacerse cargo de esa parte residual de emociones mal gestionadas cómo suelen hacer, y créeme que eso es SALUD.

Cada paso que redacto del protocolo de comunicación, no es aleatorio, y no es SÓLO para el momento de comunicar, es UNA FORMA DE VIDA; es algo que va a aliviar el camino a tu animal y a ti, son hábitos saludables para la convivencia aplicados a cualquier momento, son unos sencillos pasos, pero terriblemente eficaces para todos aquellos que quieran mejorar su vida. Al fin y al cabo, la comunicación como ya te he contado, es TERAPÉUTICA.

6.2 ATENCIÓN E INTENCIÓN

Es muy importante definir ambas, cuando entro a comunicar es fundamental, definir cuál es mi intención con esa comunicación, y si me permites decírtelo la intención más correcta a la hora de comenzar a comunicar es QUERER COMPRENDER Y AYUDAR A MI ANIMAL.

Esa como intención primaria, si entro a comunicar con la intención de ver si estoy acertando o no estoy acertando, me estoy saliendo profundamente de la comunicación, y estoy volviendo a centrarme en mí y en mi ego.

Sé que en ocasiones es difícil gestionar esto, porque nos da tanto miedo fallar, que no podemos quitar nuestro pensamiento de ello, por eso es importante tener claro que la comunicación es a favor del animal, no se trata de algo que nos vaya a favorecer a nosotros (al menos no de manera directa, pero sí de manera indirecta).

Cuando entro a comunicar, tengo que comprender también que los animales lo que leen es nuestra intención, el representar las preguntas con palabras o verbalizarlas, no es más que una forma de poner esa intención en algo más tangible, o más material, que son las palabras.

Ya no sólo la intención de ayudar que es algo fenomenal, si no también, definir la atención de aquello que quiero trabajar en la comunicación, ¿cuáles son los temas a tratar?, ¿dónde quiero focalizarme?.

¿Esto quiere decir que cuando hago una comunicación sólo va a llevar la dirección que yo quiera?. Obviamente no, SIEMPRE TENEMOS QUE SER FLEXIBLES, y evitar la expectativa ya que el animal también está en esa conversación y en la mayoría de los casos ellos desean expresar aquello que llevan dentro y es prioritario darles a ellos la voz cantante de la comunicación y que puedan expresar ese momento para sacar todo lo que llevan dentro, y somos nosotros los que tenemos que tener claro que nuestra intención es escuchar a corazón abierto todo aquello que este animal quiera transmitir.

La telepatía es un intercambio energético y hay que ser hábil a la hora de usar esta herramienta, siempre hay que ser respetuoso y comprender que no por ir con una energía más directa o más fuerte, voy a tener una mejor comunicación. Es muy importante lo que ya he comentado antes, ser conscientes de cómo está nuestra energía y a partir de ahí, ser respetuosos y entrar a dicha comunicación, como cuando entras en una casa ajena.

Ayudar con la comunicación, no es ni de lejos querer cambiar a nuestro antojo aquello que no nos viene bien de nuestro animal, la naturaleza no necesita AYUDA, necesita APOYO, y con nuestros animales es exactamente igual.

Con la ATENCIÓN, a lo que me refiero, es a dedicar ese tiempo de manera plena, el ratito que decido estar comunicando es prioritario, y mi atención tiene que estar en eso, y no en otras cosas cómo puede ser mi teléfono móvil, o quién me abre la puerta etc... Obviamente, va a haber ruidos en el ambiente, es normal y es lógico, por eso siempre volver a reconducir nuestra atención a la respiración, siempre volverá a centrarnos y a colocarnos en dónde tenemos que estar.

Es importante cuando empieces a comunicar con tu animal, y coger ese hábito es fundamental, que ese momento lo dediques de manera plena a ello. También porque si no mi cerebro se va a acostumbrar a que puedo estar haciendo muchas cosas a la vez, sin tener atención plena en ninguna de ellos, lo que va a producir una dispersión energética tan grande que para el animal puede llegar a ser confuso e irritante.

Ellos llegan a pensar: “ya que estás centrándote a hablar conmigo por primera vez en mucho tiempo, escúchame, siénteme con atención plena por lo menos en este momento” y la verdad, me parece justo. Dedicar ese tiempo a tu animal, no hay NADA MEJOR QUE HACER EN ESE INSTANTE, más que escucharle y sentirle, préstale TODA TU ATENCIÓN Y LA MEJOR DE TUS INTENCIONES.

6.3 COHERENCIA Y SIMPLICIDAD

Durante este tiempo lo que he intentado es que conectes con todos los valores animales, y dos de los más potentes son coherencia y simplicidad.

De la coherencia es cierto que te he estado hablando de manera indirecta y más directa durante todas estas páginas, por lo tanto, creo que ya has comprendido la base, la importancia de ser coherente, así que iré directa al grano, y te contaré la mejor manera de mandarle información a tu animal para que os entendáis de la manera más correcta. Y como simplicidad y coherencia son perfectas compañeras.

En ocasiones nos empeñamos muy fuerte en hacer grandes frases, o grandes argumentos para que nuestro animal nos entienda, cuando lo que nos está faltando es la capacidad de ser coherentes, concisos y concretos, y mandar mensajes que realmente merezcan la pena.

Estamos comunicando de manera constante, con nuestras expresiones, nuestros gestos, nuestro olor y nuestras palabras, ellos observan de manera exhaustiva cómo nos expresamos con la vida y con el entorno, son capaces de conocer nuestros déficits y también nuestros puntos más fuertes, pero cuando queremos mandar un mensaje de algo concreto, nos cuesta mucho trabajo poner nuestras ideas en orden.

Si nuestro animal no nos entiende, pueden estar ocurriendo varias cosas, principalmente:

- Que no tenga claro que es lo que estoy transmitiendo.
- Que no esté siendo coherente con la información que mando.
- O que me esté entendiendo, pero entenderme no es sinónimo de tener que obedecer.

En este caso lo ideal para poder mandar un mensaje claro es, mandar una imagen vinculada con una emoción que sea compatible y coherente con dicha imagen. Algo sencillo, concreto y directo.

IMAGEN + EMOCIÓN (coherente) = Una buena comunicación.

También es fundamental tener en cuenta un aspecto de la comunicación, ellos no tienen la obligación de obedecer, ellos son ellos, y tienen sus motivos y razones para hacer las cosas de la manera que ellos decidan (siempre y cuando no corran peligro), la obediencia sin comprensión no deja de ser otra manera más de cosificar al animal y hacer crecer nuestro ego. Y de verdad de corazón, deseo que esto lo tengas muy en cuenta. Por supuesto, siempre se puede llegar a acuerdos, y eso es lo que vamos a buscar siempre con la comunicación.

6. 4 CONCEPTOS BÁSICOS DE LA COMUNICACIÓN EN DIRECTO

La comunicación con mi animal tiene que llegar a convertirse en un hábito, no me sirve que sea algo que haga en momentos concretos cuando me voy a poner a comunicar, pero que durante el resto del día ignore sus mensajes como si me hubiera vuelto sordo.

Ya te avisé que al zambullirte en este mundo las cosas iban a cambiar y que ya nada volvería a ser como antes. Mucha gente se toma esta información o una comunicación como algo que se realiza de manera puntual, cuando yo considero que debo escuchar algo porque quiero saberlo, pero el resto del tiempo mi animal no tiene derecho a expresarse, esa es una idea muy desafortunada, y bastante cómoda, ya que me coloca en una posición de escuchar simplemente cuando a mí me viene bien, y eso no es comunicación.

Lo primero para implementar la comunicación en el día a día, es el **tomarme el tiempo de tranquilidad necesario acompañado de mi animal**, contar con 10 minutos al día aunque sea para dedicárselos para estar en plena observación, sin móvil, sin nada que me distraiga, dedicándole ese tiempo, vivirlo como algo maravilloso para el alma, un momento de paz y de desconexión que me conectará profundamente con mis emociones y con el bienestar de un momento de silencio, fortaleciendo el vínculo con mi animal. Aprovecha para jugar con él, para pasear en plena consciencia sin cosas que te distraigan, o simplemente para estar acariciándole y agradeciéndole por todo lo que hace por ti, cualquiera de esas opciones puede ser maravillosa.

Nos cuesta mucho trabajo estar en el **PRESENTE**, tomar consciencia de lo que ocurre, por eso los días se nos pasan como si fueran todos iguales, **NADA MÁS LEJOS DE LA REALIDAD**, cada día es una nueva oportunidad para hacer las cosas diferentes, y eso tu

animal lo sabe y lo vive a cada instante. La magia está en los detalles, en ser consciente cada día de todos los diferentes detalles que existen, que hacen que ese día no sea ni similar al anterior, por eso la observación es tan importante, y es lo que marca que podamos ser conscientes de lo que ocurre con nuestro animal, con nuestro entorno y con nosotros mismos.

A la hora de comunicar es muy importante ser conscientes de nuestra propia energía, para mí es uno de los puntos fundamentales, tienes que tener en cuenta que al comenzar a comunicar, estás entrando de manera más directa en el espacio energético de tu animal, y eso se tiene que hacer de manera muy amorosa, ya que a tí no te gustaría que invadieran tu espacio con una energía que pudiera generar distorsión con cómo te encuentras en ese momento.

La base de cualquier comunicación, en primer lugar es ser capaz de sentirme, ver cómo me encuentro, hacer un análisis, pero sin juzgar de aquello que me ocurre internamente e intentar colocar cada emoción en un cajoncito (al menos durante el tiempo que dure la comunicación) para que no genera distorsión en un momento tan especial.

¿Qué es lo que ocurre si no hago esto y entro en una comunicación sin haber hecho un chequeo mío personal?

- No voy a ser capaz de distinguir que pertenece al animal y qué es mío, porque no he tomado consciencia primero de qué es lo que está ocurriendo dentro de mí, por lo tanto, todo lo voy a dar por bueno o por extraño porque ni siquiera voy a ser capaz de reconocerlo.
- Si no tengo control de mis emociones, mi animal como gran equilibrado que es, se va a ver en la necesidad de en el momento en el que entre en la comunicación, comenzar a trabajar conmigo para reequilibrarme, y que no le distorsione su energía. Con lo cuál se estaría haciendo cargo de algo que realmente sólo nos pertenece a nosotros.
- Puede ser que tu animal rechace la comunicación de manera frontal, y no es algo PERSONAL, simplemente es que no es el momento, o que tu energía no es la correcta; eso va a generar frustración y pensamientos en los que vas a creer que tu animal “no te quiere”, “que tu no vales para comunicar” y un largo etc....que lo que va a conseguir es que te alejes de tu propósito de comunicarte de manera fluida con tu animal.

Sé que los pasos al principio pueden parecer tediosos, pero la idea es, que todo aquello que implementas para la comunicación te sirva y te ayude en todos los aspectos de tu vida, que finalmente sea un hábito tan arraigado en tí, que no sólo comuniques de manera constante

con tu animal, si no que además el proceso haya transformado tu vida para ser alguien mejor, cada vez más conectado con el lado bueno de la vida, y sabiendo que mis emociones son grandes compañeros de aprendizaje y necesitan ser escuchadas. Créeme que eso te dará muchas alegrías en la vida.

Una vez mi estado emocional está en orden, una manera sencilla de entrar en un proceso de calma prácticamente meditativo es LA RESPIRACIÓN, ya hemos hablado más arriba de ciertos conceptos sobre este tema, pero de verdad que es fundamental.

La respiración para mí es uno de los grandes salvadores en todos los aspectos de mi vida; recuerdo una vez que estaba realizando una tutoría con una alumna, eran las 23.00h de la noche de un jueves (no se me olvidará nunca), y es cierto que yo soy bastante insistente con el tema del protocolo a la hora de comunicar; pero cabe decir, que no por imponer mi voluntad, nada más lejos de la realidad, si no porque me ha costado mucho trabajo, muchos cursos y muchos alumnos llegar a poder darles un sistema que realmente funcione si se lo toman en serio, y me da pena que la gente dé vueltas innecesarias sobre todo al principio, saltando por alto las cosas más básicas y a la vez que mejor funcionan.

El tema es que cuando estábamos con la práctica le dije: “bueno, vamos a comenzar respirando de nuevo”, y me dijo, “puff ¿otra vez?, la verdad yo paso de tener que respirar ponme la foto y ya está”. En ese preciso momento acabó la tutoría, y no me importa decirlo, alto y claro. Si no eres capaz de conectar con la calma y contigo mismo, no voy a permitir que invadas el espacio de otro ser, que va a tener que hacerse cargo de tus emociones y de tus pensamientos recurrentes.

La respiración **acompañada de la observación** de nuestro animal de manera relajada, incluso a través del tacto de su pelo, os va sumir en una simbiosis preciosa en la que puedes empezar a conectar con las emociones del día de tu animal, con aquello que le hace feliz, con lo que te quiere transmitir, y es la manera perfecta de coger el hábito y comenzar a abrirte a esa comunicación diaria en directo.

Tienes que tener en cuenta, que tu animal durante mucho tiempo ha buscado infinitas maneras de comunicarse contigo que no han sido la telepatía, porque teníamos esa forma de hacerlo bastante olvidada, ha buscado gestos y sonidos, para encontrar la manera de llegar a ti y a tu atención, incluso problemas de comportamiento para hacerse escuchar y ahora tiene que volver a recuperar el vínculo y la certeza de que tiene el camino de la telepatía abierto para poder conectar contigo.

6.5 COMUNICANDO EN MOMENTOS DE CRISIS

Conforme vayas implementando todas estas herramientas en la comunicación con tu animal, te darás cuenta que todo va cambiando.

Es cierto, que en muchas ocasiones las situaciones son algo más complejas, y que quizás en ese momento estamos demasiado sobrepasados, porque es una situación de veterinario, o quizás porque nuestro animal está estresado por otros motivos y en esas circunstancias cuesta mucho concentrarse o mandar la energía de manera correcta.

Y por eso van a enseñarte una técnica, que te va a ser de gran utilidad, se llama registro emocional. Tienes que comprender que en momentos de crisis alta, estamos funcionando desde la parte del reptil llano del cerebro, por lo tanto es muy difícil por no decir prácticamente imposible que podamos realizar una comunicación verbal que tenga una coherencia emocional asociada a la calma. Sin embargo, podemos programarnos de antemano para tener ciertos anclajes emocionales que en momentos de crisis reconduzca en nuestro cerebro a momentos de calma y tranquilidad.

Esta técnica requiere de un trabajo previo, en el que lo que vamos a hacer es programar en nuestro cerebro aquellas emociones positivas que creamos que necesitamos en los momentos de crisis; por ejemplo: alegría, calma, seguridad etc..

Partiremos de la base que ya te he explicado, de que el cerebro no distingue lo que estoy imaginando de lo que es realidad, por lo tanto cualquier cosa que le programemos con una carga emocional alta, va a ser de gran ayuda.

Los pasos son los siguientes, y después te explico cómo lo utilizaremos:

- * Ubicar las emociones “negativas” que suelen afectar a tu animal y a ti.
- * Pensar cuál sería la complementaria, la otra cara de la moneda, miedo-seguridad, frustración-tranquilidad etc...
- * Conecta con la respiración y con tu cuerpo, como hacemos siempre.
- * Empieza a generar esa emoción en tu mente y en tu cuerpo, cuánto más fuerte la sientas, más fácil será, piensa en ¿qué ves?, ¿qué sensaciones corporales tendrías en esa situación?, ¿qué olores estarías recibiendo?... tienes que hacer la experiencia lo más vivida posible para que tu cerebro considere que es lo que está ocurriendo real, y a partir de ahí generé toda descarga bioquímica asociadas a esa emoción. Puedes incluso también acudir a un recuerdo en el que te sintieras de esa manera.

* Mientras haces eso, vas a presionar sutilmente en alguna zona que para ti sea cómoda y que puedas reproducir en cualquier momento sin llamar la atención, por ejemplo la barbilla, presionando dos dedos, presionando ligeramente en tu pierna... A esto se le llama anclaje táctil. Y va a ser nuestro botón, que vamos a presionar cada vez que queramos acudir a esa moción que hemos programado, como es obvio para cada emoción usaremos un anclaje distinto.

Este proceso tenemos que repetirlo durante varios días, para que se genere el circuito neuronal asociado entre la emoción y el anclaje táctil, si quieres un consejo procura no usar anclajes que ya tengas vinculados a otras cosas, ya que no será tan efectivo.

En los momentos que yo tenga de estrés, o que no sepa gestionar y sea totalmente imposible racionalizar ya que las emociones van a ser siempre mucho más fuertes, simplemente tendré que activar mi anclaje táctil, tocando en el sitio que programe y si lo he hecho bien y durante el tiempo suficiente (mínimo 21 días), automáticamente mi cerebro sabrá lo que tiene que hacer y qué respuesta bioquímica tiene que dar ante esa situación.

Debido a las neuronas espejo, no solo yo empezaré a generar esa emoción sino que me Animal sentir a mi campo electromagnético distinto, y su cerebro empezar a funcionar y a esperar aquello que está viendo en nosotros, y sin necesidad de diálogo estaremos consiguiendo equilibrar la emoción negativa que en ese momento esté afectando.

Esta herramienta la usaremos siempre que queramos gestionar una situación en la que no podamos comunicar de manera verbal porque no sea efectivo, también se puede usar con cachorros, o animales enfermos para transmitirles calma y bienestar. Nos ayudará a regular nuestras emociones y también las de nuestro animal.

También es una herramienta muy útil cuando estamos de viaje y queremos transmitir calma a nuestro Animal, incluso tranquilizarnos nosotros por ese cambio que estamos viviendo, y que muchas veces incluso nos impide disfrutar de la experiencia.

6.6 ¿ESTOY COMUNICANDO O ME LO ESTOY INVENTANDO?

Esta es la pregunta clave que tenemos siempre, la realidad y algo que necesito que conozcas es, que NUNCA o CASI NUNCA, al menos hasta que consigas conocerte muy profundamente con respecto a la comunicación con animales vas a conseguir quitártela, pero también es importante que sepas que no es nada malo que esto ocurra, de hecho es lo que

va a hacer que jamás pierdas la atención sobre lo que estás haciendo, ni va a dejar que tu ego crezca tanto como para no dejarte ver con claridad lo que tu animal te quiere decir.

Sí, es cierto que hay ciertas cosas que te van a servir para poder distinguir con más capacidad lo que estás percibiendo de lo que tu cabeza se puede estar imaginando. Recuerdas que me he puesto muy pesada siempre con el tema de respirar, realizar el protocolo para poder sentir tu cuerpo etc...

Bien, todo aquello que seas consciente de tí con el mayor detalle posible, va a hacer que sumes más información y seas capaz de distinguir que tiene que ver contigo y qué tiene que ver con tu animal, si no haces el protocolo completo, si no te tomas tu tiempo para profundizar en lo que sientes y conectar contigo, te va a resultar mucho más difícil distinguirlo. No hay una clave mágica en la comunicación con animales, es práctica y autoconocimiento, paciencia y compasión contigo y con tu propio animal.

Obviamente tienes una ventaja, y es, que al convivir con tu animal, cualquier cambio que él o ella pida, y recibas, puedes corroborarlo en el momento. Haces el cambio y si la respuesta es positiva, has acertado y la comunicación está bien recibida. Para ir cogiendo tablas, siempre va a ser muy importante que tengas un feedback, por parte de tu animal o de una persona externa que pueda echarte una mano.

La parte de hacer mi chequeo emocional y físico, y concentrarme en mí al principio de la comunicación, tiene también otro motivo, y es hacer que la cabeza durante el tiempo que estamos comunicando no esté pendiente de nosotros, si no de lo que nuestro animal tenga que contar. Esto que te voy a decir es CLAVE, si yo estoy en el momento de la comunicación más pendiente de si estoy acertando que de estar haciendo la comunicación y sintiendo lo que el animal me tiene que contar, me estoy saliendo de la experiencia, y entonces será mi cabeza la que rellene los huecos que faltan de esa información fragmentada que estoy recibiendo.

Por eso la preparación previa a la comunicación es tan importante, porque arroja luz sobre cómo estamos consiguiendo que cualquier sensación distinta que nos llegue, seamos conscientes y tengamos la certeza de que no es nuestra; y además nos centra profundamente en las ondas alfa con nuestro vaso ya medio vacío, dispuesto a que entre más información nueva.

Desde el principio te dije que este era un camino de fondo, y un camino que realmente merece la pena. Cuando aprendo a gestionar mis emociones de miedo al fallo, que son muy comunes, y a conectar con mi verdadera intención de sentir a mi animal, la comunicación

fluye desde un punto absolutamente mágico y sencillo. Por eso no hay que tener prisa, hay que generar un buen hábito que te dé las bases para sentir a gusto con lo que estás haciendo.

También te aviso, como el que aprende un idioma, no siempre tu traducción va a ser absolutamente perfecta, muchas veces comprenderás cosas por el contexto hasta que hayas practicado mucho y lo hayas hecho tu segunda lengua; pero que algo no sea perfecto, no quiere decir que no esté bien hecho, y mucho menos que no haya que seguir practicando con amor y flexibilidad.

Si quieres un consejo, mira primero el encontrarte tú bien, si tu día ha sido demasiado fatigado y no puedes pasar por encima de eso, o tus preocupaciones son demasiado grandes y después de respirar un buen rato e intentar ponerlas en su sitio, no has sido capaz. Quizás ese no es el día para comunicar, de hecho le harás un favor a tu animal si inviertes ese tiempo en regularte emocionalmente en vez de entrar a un espacio de conversación entre ambos dónde él tenga que ayudarte a que te regules.

La comunicación es cuestión de TIEMPO y DEDICACIÓN, e igual que a un niño que acaba de aprender a nadar no le llevarías a las Olimpiadas la semana siguiente y te enfadarías con él porque no ganara, haz lo mismo contigo, cuídate, ámate y respétate en el proceso.

6.7 CREANDO CÓDIGOS CON MI ANIMAL

Muchas veces pensamos que la comunicación telepática y la comunicación no verbal con nuestro animal está desvinculada, creemos que porque conocemos a nuestro compañero y sabemos sus gestos ya nos estamos comunicando telepáticamente sino que simplemente nos estamos basando en aquellos aspectos de su forma de expresarse que ya no resultan familiares. Realmente ambas formas se combinan, los animales son los seres más coherentes que he conocido, por lo tanto su lenguaje no verbal siempre va a ir vinculado a lo que están transmitiendo de manera telemática, con la parte no verbal, es decir los gestos o incluso pequeños sonidos comenzamos a percibir aquello que nos quieren transmitir, con la comunicación telepática nos zambullimos profundamente en todos los pensamientos y emociones que esos gestos nos están mostrando.

Por lo tanto, resulta sencillo crear códigos con ellos para entendernos mucho mejor, pero necesitamos de una muy buena observación. Ellos observan de forma constante nuestros gestos, tono de voz, intención, olor y muchos otros factores que les ayudan profundamente a

comprendernos, ya que nosotros no somos los reyes de la coherencia precisamente, y nuestro lenguaje telepático en ocasiones es bastante difuso.

Por lo tanto, si queremos encontrar respuestas de confirmación de la comunicación telepática que estamos realizando, es muy importante que estemos pendiente de los gestos de nuestro Animal, porque siempre están haciendo gestos sutiles. No puedo universalizar los gestos y decirte que mover el rabito es un sí, y girar la cabeza es un no, este es el código que tengo con Jara, después de mucho observarla y mucho compartir.

Pero puedes pedirle a tu animal que marque el código que le resulte más cómodo para que os entendáis por lo menos en respuestas de sí o no, y esto es tan sencillo como realizarlo durante una comunicación, y observar los gestos que realiza, tampoco hace falta darle mucha vuelta, o preguntarle 1 millón de veces para tener claro cuál es el sí cuál es el no.

Procura realizar preguntas sencillas, como la elección de alguna de las chuches, o la comida que le apetece, o por donde prefiere pasear, o qué juguete quiere usar etc. y a partir de ahí observa cuáles son sus gestos y permítete sentir desde tu intuición cuál crees que es la respuesta correcta. Es sencillo, y puedes corroborarlo porque verás el interés o desinterés del Animal ante esa elección, así poco a poco irás creando un código no verbal a través de la observación que se conjugará con la comunicación telepática para darte aquella certeza que tanto estás buscando a la hora de comunicar con tu animal.



7. LA COMUNICACIÓN EN LAS DIFERENTES ETAPAS DE LA VIDA DE MI ANIMAL.

7.1 EL CACHORRO

La llegada casa de un animal cachorro siempre es un momento de ilusión, aun cuando el Animal de repente aparece de la nada sin que hayamos previsto compartir vida con él el hecho inconsciente de saber que tenemos una vida en nuestras manos, y de que es un bebé tierno al que hay que cuidar despierta todos nuestros instintos protectores y las ganas de hacerlo bien. Los nuevos comienzos nos dan la opción de escribir una hoja en blanco "a nuestra manera", esto tiene muchos aspectos positivos pero también algunos que nos pueden dificultar la convivencia, como hemos visto anteriormente y ya te he hablado el tema de la EXPECTATIVA.

La impronta de los cachorros es absolutamente fundamental y marcará en gran medida su carácter y cómo afronte el resto de su vida. Sus fortalezas y debilidades se verán profundamente marcadas durante los tres primeros meses, por eso es esencial siempre que sea posible que el cachorro comparta con su mamá y hermanos este primer periodo de vida, y que no tengamos prisa en llevarnos lo a casa; aunque el animal llegue con un mes no se va a adecuar a nosotros mejor de lo que lo haría un cachorro de 3 meses.

La principal ventaja de que el Animal se críe con su madre y hermanos hasta los tres meses es que comprende los límites, que su madre le da a través de la leche todas las defensas nutricionales que necesita, comprende los conceptos de sociabilización, la mordida blanda y en definitiva las normas básicas de convivencia, lo que va a hacer que sea un anime al equilibrado y que sabe gestionar bien sus emociones.

En muchas ocasiones, he visto animales que no han podido estar el suficiente tiempo con su madre, ya sea por motivos ajenos a la persona o por el propio egoísmo de la misma y las ganas de tener a animal en su vida. Y en este caso hay conductas que se repiten, como carecer de límites, la ansiedad por la comida, la mala sociabilización con otros animales y otra serie de problemas a nivel social e incluso de debilidades físicas.

En el caso de que el hecho de que el animal esté con su madre hasta los tres meses sea imposible, porque la madre haya fallecido, o les hayan abandonado y ni siquiera sepamos quién es la madre, o porque las condiciones del cachorro se pudieran ver afectadas al quedarse en la casa donde estaban, tenemos que tener una cosa muy clara, SIEMPRE seremos un humano educando a un animal, no lo haremos tan bien como la madre, ni podremos usar estrategias que usa la madre como castigo físico, porque no tenemos ni la empatía, ni la delicadeza, ni el conocimiento que tenía su propia madre.

Tendremos que educar desde el amor y el respeto, comprendiendo que somos especies diferentes y que no entendemos su mundo de manera completa, lo cuál limita mucho nuestras capacidades educativas.

También es muy importante que comprendamos que un cachorro es un bebé, ni más ni menos, y no podremos pedirle que se comporte como un animal adulto porque no lo es, es un bebé.

Ellos principalmente se mueven por la sensibilidad de las emociones, todos los animales lo hacen pero los cachorros todavía más ya que su parte más racional todavía no se ha desarrollado, por lo tanto si tenemos que tener presencia, coherencia, amabilidad y unas emociones bien trabajadas con animales adultos cuando son bebés esto se puede llegar a multiplicar por tres.

Obviamente ni qué decir del tema de regañar, nunca será algo constructivo, ya que el Animal que tenemos enfrente siendo tan pequeño actúa con referencia a lo que ve en nosotros. Tienes que tener muy claro, qué es lo primero que tienes que hacer con la llegada de un Animal es que se sienta seguro contigo y en su entorno, habrá muchas normas que no comprenda, porque son nuevas para él, nadie nace sabiendo. Por lo tanto, todo lo que le expliques tendrá que ser desde el amor, la comprensión y el respeto más absoluto.

El animal no va a aprender más deprisa porque te impongas más, el animal no necesita UN LÍDER DE LA MANADA, eso es absurdo, lo que necesita es un humano compasivo que conozca sus necesidades, empatice con sus miedos y entienda que el mundo para él es algo nuevo, que ya no está su mamá para defenderle y que ahora eres tú toda su familia, y las familias se respetan y se cuidan, no se castigan por no comprender.

Convivir con cualquier animal es una responsabilidad, pero quiero que tengas muy presente la absoluta importancia del trabajo de comprensión y gestión emocional que se tiene que realizar cuando se convive con un cachorro, que puedas ver el mundo desde sus ojos y comprendas lo nuevo que es todo para él, y que el mundo que le muestres y la confianza o desconfianza que le crees, será con lo que viva el resto de su vida.

7.2 ¿CÓMO HAGO PARA QUE MI CACHORRO ME ENTIENDA?

Los grandes discursos con los animales hemos visto que no sirven para mucho, pues con un cachorro AÚN MENOS, como ya te he explicado ellos se mueven principalmente por la

emocionalidad, y la emoción que más prima en ellos es EL AMOR, puede que te suene como un recurso fácil, pero la realidad es que es el alimento que les hace crecer sanos.

Son muchos los animales que he sacado adelante siendo lactantes por diferentes circunstancias, y muchos los que he visto, y créeme que la parte difícil no es levantarte cada 2 horas a darles el biberón o conseguir que hagan pis y caca; si no conseguir que se sientan queridos, protegidos y arropados; esa emoción de amor incondicional, de sentir tu pecho y el latido de tu corazón es lo que les mantiene con vida y hace que esa leche que les das les nutra como lo haría la de su madre.

Ellos necesitan **COMPENSIÓN**, y comprensión sincera. No sirve con hacer como si le estuviera comprendiendo, si no mandar las emociones equilibradas correspondientes que van a ayudar al animal.

Si de normal en la comunicación la gestión emocional es importante, en cachorros todavía más, porque su campo energético se está moldeando y aún es sutil y delicado, cualquier emoción demasiado aguda puede dañar su energía y generar que tienda a sobre-protegerse o a retraerse en un futuro como adulto. Por lo tanto las emociones que dirijamos a ellos tienen que ser suaves como una marea agradable de olas ligeras (espero que comprendas la metáfora y puedas aplicarlo a tu energía a la hora de comunicar con ellos).

Cómo habrás visto, lo principal para comunicar con un cachorro son las emociones, te voy a marcar los pasos 1 a 1, pero ten en cuenta que lo más importante es la sensibilidad y la consciencia de que el pequeño es una hoja en blanco, y que tienes que tener como prioritario el hecho de que tiene que sentir lugar seguro contigo, tienes que ser su refugio ante todo mal, y para eso tienes que tener una calma emocional. Vamos a

- Chequeo absoluto de mis emociones. Mis emociones tienen que ser una suave marea, que envuelva al animal, con la **intención plena de ayudarlo a sentirse seguro y protegido**.
- No trabajaré desde la parte verbal, siempre lo haré desde la parte emocional, cualquier cosa que le vaya a transmitir será siempre **EN POSITIVO** y desde la emoción vinculada a una imagen muy clara.
- Siempre daremos opciones, es decir, si muerde algo que no deba, no le regaño, le doy opción para que vea qué puede morder. Comprenderemos qué ocurre y le daremos opciones maduras y sensibles para satisfacer sus necesidades con ternura y apoyo.
- Ten en cuenta que eres su familia, su apoyo y su escudo ante el mundo, un mundo incomprensible al que al final se adaptan.

7.3 LAS NECESIDADES VITALES DEL ANIMAL: CUIDADOS FÍSICOS, EMOCIONALES Y ESPIRITUALES Y CÓMO COMPRENDERLOS A TRAVÉS DE LA COMUNICACIÓN ANIMAL.

Siempre digo que en la comunicación con animales lo principal es poder cubrir todas sus necesidades y todas ellas arman una pirámide, como la pirámide de Maslow para nosotros, os la adjunto aquí para que tengáis referencia de todo lo que hay que cubrir.



A veces, pensamos que basta sólo con cubrir la franja A y B, pero nos estamos olvidando las otras 3 para el desarrollo completo de mi animal. Incluso en muchas ocasiones, ni siquiera tenemos bien cubiertas la A y la B, porque la parte de nutrición no la trabajamos correctamente, en muchos casos les alimentamos a base de piensos (croquetas), y en otros muchos casos la casa no está adaptada a sus necesidades como especie, no hay enriquecimiento ambiental y un largo etc....

Con lo cuál lo primero es tener en cuenta si las necesidades básicas a nivel etológico deben de estar cubiertas de forma CORRECTA, no sirve con que coma, si no que coma correctamente, no sirve con que tenga una casa si no una casa adaptada a sus necesidades, las cosas hechas a medias también generan conflicto. Así que es importante que hagas un repaso sobre si sus necesidades como especie están correctamente cubiertas, y a partir de ahí seguiremos cubriendo todo lo demás.

Tienes que tener en cuenta que si las necesidades etológicas no están cubiertas, genera conflictos emocionales y bioquímicos, que finalmente pueden desencadenar en problemas de comportamiento o en problemas físicos. Como ya hemos visto, y no me importa repetirme, porque creo firmemente que a través de la repetición se genera el aprendizaje, una MALA GESTIÓN EMOCIONAL, generado por no tener sus necesidades básicas cubiertas.

En comunicación vamos a profundizar en todo lo demás, pero tenemos que tener bien claro que la base está perfectamente constituida y tener en cuenta que a nuestro animal le pueden faltar ciertas cosas y quizás no estamos siendo del todo conscientes, por lo tanto lo primero es informarnos y tener toda la información posible para estar 100% seguros de que todo lo básico está perfectamente cubierto.

Mi animal por supuesto que tiene una misión conmigo, pero también tiene una necesidad de realización personal, que hay que tener muy en cuenta, ¿te acuerdas cuando te decía que es muy importante validar las emociones de mi animal? ¿Y que cada uno trae un aprendizaje que sumarnos y no podemos andar intentando cambiarle? Pues esta es la base para que mi animal se puede realizar cómo el individuo que realmente es, con todo su potencial.

Vamos a ir construyendo esta pirámide desde la escuchar, la coherencia y la aceptación de todas las emociones de mi animal, esa es la prioridad.

7.4 LA COMUNICACIÓN CON ANIMALES SENIOR.

Para mí la comunicación tiene que ser algo de continuo, me encuentro muchísimas ocasiones en las que la gente pide comunicación, o se introduce en este mundo cuando su animal ya se encuentra algo mayor y en la mayoría de los casos en busca de respuestas o del perdón de su copañero.

En estos casos, la culpa se acrecienta muchísimo conforme mi animal se va haciendo mayor y creo que no he dado por él todo lo que debería, o que quizás no le he dado la vida que él necesitaba, ahí es cuando comienzo a entrar en conflicto y comienza la culpa a tomar las riendas de la situación y nos bloquea.

Es verdad, que en muchos casos la gente llega a la comunicación con animales, en esta última fase de la vida de su compañero, si es tu caso, no te dejes llevar por lo que NO HICISTE y céntrate en TODO LO QUE PUEDES HACER AHORA, además mira la vida con perspectiva y date cuenta de todas las cosas bonitas que habéis vivido, los animales viven siempre desde la gratitud, sé agradecido por el tiempo que habéis compartido, siéntete feliz

por ello y observa que cosas son mejorables en esta época de su vida. Comprende que has hecho todo lo que podías con lo que sabías hasta ahora, y ahora es un camino nuevo.

Es importante que sepas, que aunque tu animal envejezca, sigue siendo tu animal, sigue siendo él o ella, sigue queriéndote igual que cuando era un cachorro y sigue necesitando de tí igual o incluso más que cuando era pequeño. Que un animal sea mayor y su actividad baje, no quiere decir que no tenga calidad de vida, que no pueda darse paseos de 3 horas o jugar sin fin y correr por la casa, no quiere decir que “eso ya no sea vida para él/ella”.

Muchas ocasiones desarrollamos tanto miedo al hecho de envejecer y de que se mueran los de alrededor, que empezamos a psicológicamente adelantarnos a la situación inevitable de que el animal en algún momento fallecerá, y empezamos a hacer cosas raras a nivel inconsciente.

Una de ellas es el desapego emocional, me alejo emocionalmente de mi animal para no pasarlo mal cuando se marche o genero hiperapego, porque me siento mal por no haberle dado en su vida todo aquello que quizás necesitaba o me adelanto al momento de la muerte porque YO no puedo soportar verle así... (cómo te digo, todo esto son conceptos a nivel inconsciente, no se hacen a propósito ni con consciencia de ello, pero son defensas ante un dolor inminente por la pérdida de nuestro compañero).

Las comunicaciones con animales senior, para mí se basan prioritariamente en cubrir todas sus necesidades a nivel cognitivo, enriquecer su vida intentando que aquellas carencias que puede tener al hacerse mayor podamos cubrirlas con otras opciones.

Y habrá un trabajo muy potente de nuestras sensaciones y miedos **hacia la pérdida**, por eso es un trabajo muy personal y que si de normal tenemos que analizar nuestras emociones a la hora de comunicar en estos casos todavía más. No olvidemos que ellos son esponjas, y que pueden percibir lo que sentimos.

En ocasiones hay animales que me dicen: “siempre está pensando que me voy a morir, pero yo sigo aquí, ¿por qué no puede estar en el presente siendo consciente de que sigo vivo?” O “no quiero ser una carga y frenarle en su vida”. Por eso es tan importante ser muy consciente de cómo me siento, de cuál es mi diálogo interno cuando comunico con mi animal senior.

Otra de las cosas fundamentales es el chequeo corporal, saber qué es lo que me duele a mí o cómo me siento físicamente para luego poder reconocer qué está pasando en mi animal a nivel físico, tienes que tener en cuenta también que ellos gestionan maravillosamente bien el dolor, muchísimo mejor que el miedo, con lo cuál algo que podemos notar en nuestro

cuerpo lo tomaremos como una información con respecto al lugar que duele y no tanto con respecto a la intensidad, puede llegarnos de manera más suave de lo que es, así que tómallo sólo como referencia de la zona y no de la intensidad, poco a poco conforme vayas tomando referencias y profundizando serás capaz de distinguir ciertas intensidades.

En el caso de que sientas que la comunicación tiene demasiada carga emocional y te bloques, no dudes en derivarla a alguien externo que te pueda dar un punto más objetivo sobre la situación sin estar tan involucrado, y no te sientas mal por ello, los comunicadores profesionales también lo hacemos, porque sabemos que lo principal es el bienestar del animal y no ser capaces de “poder con todo”.



8.- LA COMUNICACIÓN EN “PROBLEMAS” DE COMPORTAMIENTO

8.1 ¿CÓMO DISTINGUIR SI ES UN PROBLEMA DE COMPORTAMIENTO O UN MALENTENDIDO?

Esta es una pregunta trampa, te lo digo ya para que lo sepas, salvo que haya un problema neurológico, todos los problemas de comportamiento suelen partir de la base de un mal entendido en la comprensión de lo que el animal está pidiendo o necesitando.

No existen en la naturaleza animales con problemas de comportamiento, entre ellos se regulan, cuánto más están en contacto con nosotros y más les alejamos de su animalidad, más problemas van a tener. A menor comprensión y más tiempo, más problemas.

Normalmente tendemos a echar balones fuera, como si el animal estuviera haciendo algo porque le da la gana, pero **ELLOS SIEMPRE HACEN TODO POR UN MOTIVO**, lo que se nos escapan son los motivos porque no se suele prestar atención y se pasan los días sin ton ni son, como si pasáramos por encima.

Los malentendidos alargados en el tiempo generan frustración y esa frustración hace que el animal cada vez mande señales más fuertes de aquello que le desagrada, si en ese momento en vez de hacer escucha intento simplemente corregir el comportamiento poniendo parches o no dejando que se exprese estamos generando un conflicto emocional que se irá solapando hasta que seguramente esa emoción pueda acabar en un problema físico.

Sin embargo, si yo mantengo una comunicación constante con mi compañero, los malentendidos no van a llegar a conflictos, a frustraciones ni a problemas de comportamiento, ni enfermedades a largo plazo.

La comunicación genera siempre una liberación psicósomática, el poder expresar lo que me ocurre me libera y hace que esa energía no se enquiste, es uno de los motivos por los cuales de la comunicación con animales es un proceso sanador, imagínate una vida sin poder expresar todo aquello que sientes y necesitas, el momento en el que puedes expresar dichas emociones hace que de alguna manera pueda sentirme en paz con esas experiencias.

8.2 LA IMPORTANCIA DEL CHEQUEO VETERINARIO

Hay ocasiones en las que un mal comportamiento puede estar producido por un problema físico, es lo que te he comentado en varias ocasiones, si no tengo cubiertas las necesidades básicas de mi animal de manera correcta, me encuentro con estos problemas.

Algunas patologías, como cistitis en gatos, puede hacer que se hagan pis fuera del arenero, una inflamación intestinal puede generar también que las heces se hagan fuera del lugar correcto; pero ya no sólo eso, problemas de páncreas de algunas encimas muy concretas pueden generar reactividad en el animal, problemas de espalda etc...

En algunos casos más graves y menos comunes, problemas de reactivadas pueden ser provocados por patologías a nivel neurológico.

Cómo seres humanos, tendemos a tomarnos las cosas a lo personal, yo no estoy en contra de hacer una comunicación con el animal para ver qué ocurre a nivel emocional, pero es fundamental también realizar un chequeo a nivel físico para descartar que lo que ocurre se debe a un proceso bioquímico del cuerpo o a algún tipo de dolor que hace que el animal no se encuentre bien.

Es igual que cuando tú estás con migraña, o mal del estómago o simplemente con una contractura en el cuello, tu estado de ánimo cambia, y no estás feliz y contento, sonriendo a

todo el mundo. Por eso antes de culpar a tu animal o pensar que quizás su carácter ha cambiado, realiza una buena visita al veterinario (que de hecho debería ser obligatoria al menos anualmente en perros jóvenes y cada seis meses en animales senior).

Obviamente la comunicación puede acompañar y ayudar a definir cuáles son las patologías ya que el animal en bastantes ocasiones nos puede decir qué le molesta o cómo se siente, pero SIEMPRE el veterinario tiene que tener la última palabra sobre el diagnóstico, esto es fundamental.

8.3 LLEGANDO A ACUERDOS A TRAVÉS DE LA COMUNICACIÓN.

Este es uno de los puntos preferidos de todo el mundo, ¿cómo puedo llegar a acuerdos con mi animal?, bueno lo primero vamos a dejar claro lo que es un acuerdo, y parece una obviedad pero la realidad es, que cuando nos movemos en el mundo humano-animal, incluso humano-humano, el ego tiende a querer imponer su voluntad y a tener la razón.

Un acuerdo es algo equilibrado, en lo que ambas partes tienen que estar convencidos con la respuesta final. Un acuerdo NO ES cambiar a tu animal algo que quiere hacer, por algo que a ti te viene bien, por ejemplo.

En comunicación es fundamental conocer hasta el fondo cuáles son las necesidades que mi animal propone, a partir de ahí valorar por qué se lo estamos negando, es decir, puede ser que mi animal me pida mudarme a una casa en el campo con jardín, e igual no es algo viable para mí en este momento a nivel económico y cómo no me puedo poner a explicarle al animal el concepto subjetivo del dinero y mi sensación de carencia vital (que podría corregir para conseguir todo lo que quiero, pero que no sé manejar porque no he invertido tiempo en ello...), pues busco una opción B de enriquecimiento ambiental.

Pero puede ser que yo ya cuente con ese jardín, que ya tenga ese espacio, sin embargo, tengo miedo, tengo mucho miedo a que le pase algo, a que se vaya, a que no vuelva, a que me abandone...y simplemente lo que hago es restringirle su libertad poniendo cosas en casa para no tener que enfrentar mi miedo, que en realidad es mío y sólo me pertenece a mí. Te lo digo por experiencia, porque yo he tenido que lidiar con ello. He vivido en una casa con jardín y con salida directa al campo, compartiendo vida con 25 gatos, y mi parte controlador necesitaba que los 25 estuvieran para cenar, para así yo poder quedarme tranquila y saber que estaban a salvo, lo que aprendí en ese tiempo fue, que ellos tenían su vida, y su vida no dependía de mí.

Con esto no digo que seas negligente, ni que abras la ventana a tu gato en un quinto piso sin protección, o que sueltes a tu perro en una zona cerca de la carretera; te pido que seas consecuente y que hagas un balance de por qué le estás negando ciertas cosas a tu animal, cuando están al alcance de tu mano, y quizás sólo tienes que esforzarte un poco más, o llegar un poco más lejos con el coche para darle aquello que tanto desea.

Jamás vas a llegar a un acuerdo, si sólo te mueves en el rango de tu propia comodidad, haciendo cosas como, bueno le llevo al mismo sitio de siempre por no salir 10 minutos antes y coger el coche, pero le doy una comida rica a la vuelta para compensar; eso no es un acuerdo.

El acuerdo se basa en averiguar las necesidades de mi animal hasta el fondo y a partir de ahí ver qué es lo mejor de mí que puedo dar para proponérselo y que ambos nos sintamos cómodos, sin querer imponer una vez más mi voluntad, valorando si mis frenos son justificados por seguridad del animal, o por comodidad física o emocional mía de no querer salir de mi zona de confort.

Para llegar a un acuerdo, la intención tiene que ser absolutamente altruista por mi parte, y tengo que querer llegar a un punto medio, no a buscar el sentirme bien yo y quitarme la culpa haciendo las cosas a medias. Y discúlpame que sea tan directa con esto, pero creo que es importante, porque en la mayoría de las comunicaciones que realizo, la gente no busca llegar a un acuerdo real, buscan que se les solucione el problema con una solución fácil en la que no tengan que hacer demasiado cambio en su vida.

No existe ninguna técnica que yo pueda contarte en pasos, como si fuera una receta del médico, pero sí puedo decirte que es fundamental hacer una escucha profunda del animal de sus necesidades y mía de mis miedos, ellos no piden nada por capricho, si no para estar bien, y a partir de ahí esforzarme y ser totalmente sincero.



9. ACOMPAÑAMIENTO A LA MUERTE

9.1 LA COMUNICACIÓN EN EL ACOMPAÑAMIENTO.

Sé que esta parte quizás es la más complicada, en todos los cursos ocurre lo mismo, y es que puedo ver a través de la pantalla, las emociones de la gente moviéndose y las lágrimas muchas veces cayendo por las mejillas. No quiere decir que lo que vaya a decir aquí sea un dicho y hecho, echar de menos a un miembro tan importante y tan incondicional de la familia no es algo nada fácil.

Es cierto que como responsable del animal, debemos estar conectados con él y poder hacer el acompañamiento del día a día, saber qué necesita en cada momento para poder ayudarlo a estar lo más cómodo posible durante todo el proceso.

Pero también es cierto, que en ocasiones estamos en el papel de compañero de vida y no de terapeuta, y también es absolutamente válido y necesario, y en ese momento no sólo podemos, si no que debemos derivar la comunicación para tomar ciertas decisiones finales de una manera objetiva.

Mi trabajo como comunicadora en estos casos, requiere de que haga una escucha hiper empática de la persona, comprendiendo qué está pasando por su corazón y por su mente, cuáles son sus miedos y sus carencias y desde dónde está viviendo este proceso, para poder acompañarlo lo mejor posible. Y con respecto al animal, hacer de barrera para que las emociones de su persona no le afecten demasiado.

Un proceso de muerte puede durar, días o meses o incluso un año, y es un proceso en el que algunos se aferran y otros están deseando que se disuelva cuanto antes, con la consiguiente lucha interior, de sentirse mal de que esta situación acabe cuánto antes.

Cómo ya te he explicado el cerebro tiene diferentes maneras de protegerse del dolor, con lo cual no debes sentirte mal si tienes la sensación de que no puedes más con el proceso y que estás deseando que acabe, es totalmente normal y no es que seas peor persona.

El enfoque de la muerte a nivel cultural y religioso es realmente terrible en la mayoría de las sociedades, sin embargo, los animales no tienen ese sistema de creencias con respecto a morir, saben y conocen que es una transición más, y la aceptan sin ningún tipo de problema.

Lo que tememos del miedo a la muerte de nuestro compañero es que sufra y después su ausencia, la primera es opcional y a través de la comunicación se puede solventar, se puede llevar la situación de manera correcta emocionalmente y físicamente para ahorrar el sufrimiento asociado, sin embargo, la ausencia es inevitable, al igual que el duelo y el recuerdo de nuestro animal siempre será eterno, por eso de alguna manera jamás morirá, y sé que puede sonar romántico, pero lo creo firmemente, creo que todo el aprendizaje que nos aportan y todo el recuerdo que dejan hace que jamás mueran.

Por eso, cómo ya te he dicho en anteriores ocasiones, vive agradeciendo y despídete agradeciendo por todos los momentos maravillosos que habéis compartido, ese es el mejor bálsamo para sobrellevar la ausencia.

9.2 LAS NECESIDADES EMOCIONALES DEL ANIMAL Y EL HUMANO.

Normalmente en estas situaciones, ocurre algo llamativo y es que las necesidades emocionales de la persona se elevan a una potencia que no suele ser lo común en el día a día. Yo insisto mucho, y lo he hecho durante todas estas páginas, diciéndote que si mantengo una comunicación fluida con mi animal durante su vida, llegando a este momento, todo será mucho más sencillo, y es cierto, pero se me ha olvidado decirte también, que es muy importante que tengas una comunicación muy fluida contigo con respecto a tus creencias sobre la muerte.

Y ya no sólo con la muerte a nivel cultural con respecto a las creencias del lugar dónde has nacido, si no a cómo lo has vivido a lo largo de diferentes momentos de tu vida; suele haber una línea común en mucha gente de vivir la muerte de un ser querido como un abandono, es decir, como si ese ser se estuviera marchando y dejándonos solos. De alguna manera nos quedamos solos, pero te puedo asegurar que el grado de soledad en el que te quedas no tiene que ver con la ausencia de tu compañero, si no con tu dependencia emocional de los demás y del entorno. Y me dirás, ¿cómo me pongo yo ahora a gestionar eso? O ¿a ver todos dependemos del entorno y de la gente?; sin embargo, el matiz de las palabras es importante, no se trata de *depend*, se trata de compartir mi vida y ser consciente de que la única persona con la que vivo y con la que muero es conmigo mismo; y eso no es malo, ni es un

pensamiento triste, es maravilloso, porque te aporta la perspectiva de que todo el mundo pasa por mi vida, me acompaña, me ayuda a crecer, me hace mejor y después se marcha... por decisión propia, porque su ciclo se acaba en mi vida, o porque fallece, y algún día seré yo quién me marche, y deseo haber acompañado a muchas personas y animales a comprenderse mejor y a ser ellos mismos.

A mí me encanta estar conmigo misma (y no es un pensamiento ególatra, se trata de inteligencia emocional), eso no quiere decir que no me guste compartir mis vivencias y que compartidas no sumen de manera diferente, amo la compañía de mis animales y de mi gente cercana, pero soy también muy feliz si decido estar sola o viajar sola, me tengo a mí, me llevo bien conmigo y aunque la ausencias duelen, ahora no *dependo* de NADIE para que mi vida tenga sentido.

Y aunque no te lo creas, TODO EL MUNDO, te hace mejor si deseas tomar cada cosa que ocurre como un aprendizaje. Las frustraciones de que los demás son los culpables de cómo me siento, hace que me vuelva dependiente, y en el momento de las despedidas mi dolor sea mucho más grande.

Por supuesto el duelo, duele, por eso tiene se nombre, y es necesario pasarlo y sentir todas las emociones que me traiga, sin juzgarlas porque forman parte de mí, y son parte de mi aprendizaje. Siempre digo que el dolor es inevitable, pero el sufrimiento es opcional; y es que el sufrimiento se genera por la reiteración de un pensamiento que me ha producido dolor y la interpretación de unos hechos subjetivos bajo un prisma carente de opciones para modificar esa realidad.

También te digo una cosa, NADIE tiene derecho a decidir, sobre cuánto dura tu duelo o de qué manera te tiene que doler, cada duelo es una experiencia individual, y se tiene que tratar desde el respeto y la empatía, y puedes estar todo el tiempo que necesites y que creas necesario en ese sentimiento, siempre y cuando no se transforme en algo patológico que te impida seguir con tu vida a largo plazo, en ese caso, deberás contar con la ayuda de un profesional.

Estudios recientes han demostrado que la pérdida de un animal, se asemeja a nivel emocional con la pérdida de un familiar dependiente cercano o incluso en muchos casos de un hijo, debido al vínculo que creamos a través de los cuidados hacia el animal, el tiempo compartido y la incondicionalidad del amor que se genera. El animal es TU FAMILIA, y cuando se marche te dolerá como tal, no permitas que NADIE minimice tu dolor desde la no validación tuya o de tu animal con comentarios del tipo: "sólo era un animal, puedes tener otro en cualquier momento"... quién no respeta o entienda tu situación desde la empatía, no

tiene derecho a menospreciar lo que sientes, poner esos límites también te hará bien y te hará sentir que honras el vínculo con el animal y a tus propias emociones.

Cómo verás, este capítulo lo he empezado hablando de las necesidades emocionales humanos, pero, ¿qué pasa con las de nuestros animales?, para mí son las prioritarias en este proceso, pero sí es cierto, que para hacer una escucha o una buena lectura de ello, muchas veces me toca ponerlos a vosotros primero, cuando esa necesidad de seguridad en lo que tenéis que hacer con vosotros mismos se ha saciado, ya se está preparado para escuchar la otra parte.

Mi animal va a necesitar básicamente estas cosas, no olvides que los animales saben morir:

- Que controle mi ansiedad y mis miedos hacia la muerte para no presionarle con mi energía ni bloquearlo con mi apego, dándole la libertad de marchar cuando decida.
- Que escuche sus necesidades diarias a nivel físico, si quiere comer o no, qué quiere comer y que no quiere comer, dónde quiere estar, si quiere mi presencia o quiere espacio.
- Que cada día agradezca el tiempo compartido y LE DE PERMISO para marcharse.
- La sinceridad, no se trata de fingir que estás bien, se trata de aceptar tus emociones y trabajarlas con consciencia para que tu animal en su proceso de muerte no tenga que estar re equilibrando lo que a ti te ocurre y pueda hacer su despedida con tranquilidad.
- No le fuerces a nada que sea innecesario, obviamente, habrá cierta medicación que tenga que seguir tomando si es el caso, pero hay un punto en el que ingresarle o atiborrarle a pastillas es innecesario porque se va a marchar igualmente, deberíamos mitigar el dolor físico con paliativos, pero encontrar el límite en la aceptación de que su vida se está terminando.

Cómo puedes observar, todo lo que el animal necesita, proviene de mí, y no directamente de él o ella, sé que leído parece “fácil”, pero también sé porque he pasado por ello en varias ocasiones que el proceso no es tan sencillo, recuerdo que esto sólo son palabras y ayudan a la comprensión mental, pero tu vivencia personal con tu animal, será tu verdadero aprendizaje.

9.3 DESPIDIÉNDONOS A TRAVÉS DE LA COMUNICACIÓN, LOS ÚLTIMOS MENSAJES.

Lo primero que tienes que comprender es, que es posible que tú llegado el momento clave no seas capaz de sostener la comunicación y tengas que pedir ayuda externa, sobre todo si no tienes todavía la práctica suficiente, pero también te digo que aún teniéndola, en muchas ocasiones la emocionalidad ante la pérdida es tan grande, que tampoco puedes gestionarlo, y necesitas a alguien en quién confíes que pueda tener una postura más objetiva y una escucha más limpia.

La despedida a través de la comunicación, y cómo yo la planteo (y realmente cómo creo que debería de ser a nivel ético), es centrándonos en el bienestar del animal; mucha gente me pide en estos procesos, incluso en los últimos suspiros del animal, que les de un mensaje sobre si han hecho las cosas bien, o qué tiene que decirles su animal sobre cómo tienen que educar a otro animal que convive en la casa, o si tienen un mensaje para ellos.

Yo comprendo que al saber que ese animal no estará para seguir guiándote en la vida aunque sea con su sola presencia, intentamos recabar la mayor parte de información posible para almacenarla para cuando no esté, y conozco esa sensación, pasa también con nuestros abuelos y nuestros padres antes de irse, que intentamos que nos cuenten del pasado, que nos den consejos y los guardamos como tesoros.

Y no digo que esté mal, sólo digo que nos centremos en quién es el protagonista en ese momento, y coincidirás conmigo en que es EL ANIMAL, yo soy un personaje secundario dentro de la trama principal, pero no soy yo quién se marcha, no soy yo quién tiene que terminar su trabajo con el tiempo limitado para poder descansar y reciclar su energía para su evolución, al menos no en ese momento.

Para mí, la comunicación y los últimos mensajes se basan en saber QUÉ NECESITA EL ANIMAL PARA PARTIR EN PAZ, te voy a dar una pequeña guía de cuáles serían temas éticamente correctos para plantear en esas situaciones, pero desde luego, eres libre de tomarlos o vivir la experiencia como consideres, yo sólo te expongo aquello que me parece respetuoso y que considero que es el mejor camino basado en mis años de comunicación de cómo plantear las comunicaciones, allá vamos:

- ¿Hay algo que se te haya quedado pendiente?
- ¿Quieres hacer algo antes de marcharte?
- ¿Qué necesitas de mí para marchar en paz?

- Cualquier tema sobre necesidades físicas (alimentación, paliativos, desplazamientos al veterinario etc...)
- Llegado el momento si quiere ayuda para marchar o quiere hacer el proceso de manera natural.

Evitaremos preguntas de cosas que ya no se puedan cambiar, que pertenezcan al pasado o que hagamos para confirmar que lo hemos hecho bien, cómo por ejemplo:

- ¿Lo he hecho bien contigo en tu vida?
- ¿Te hubiera gustado que hubiéramos hecho más cosas cuando estabas bien?
- ¿Has sido totalmente feliz con nosotros?

Siempre digo en comunicación, que no preguntes aquello que no quieres saber o que quizás ya no tenga solución, la clave es centrarse en el presente y gestionar aquello que está en mi mano, sabiendo que deseo hacer lo mejor para mi animal y que él ahora mismo es mi prioridad porque es el protagonista de este proceso.

Mucha gente se preocupa también por preguntarle, dónde quiere que le entierren, o si prefiere incineración, la realidad es, que en la mayoría de los casos una vez ellos fallecen no viven ese cuerpo como algo suyo, hacen un desapego inmediato, incluso en muchas ocasiones cuando la muerte ha sido dolorosa ellos realizan una separación consciente del cuerpo para no sentir dolor. Todo lo que esté relacionado con el tema del cuerpo, en general es algo que está más determinado por el sistema de creencias de la persona con la conviven y sus necesidades, al animal no le importa demasiado el tema ritualístico o lo que ocurra con sus restos una vez no esté.

He de decirte también, que JAMÁS he visto a un animal guardar rencor entorno a algo que tenga que ver con su muerte, supongo que ellos conocen el plan que hay detrás de todo y ese algo más grande que mueve los aprendizajes de cada alma, para ellos siempre todo es cómo tiene que ser, en ocasiones necesitan ayuda para hacer el tránsito, esto te lo contaré un poquito más adelante, pero jamás guardan rencor a su responsable por NADA que haya hecho durante su vida o su muerte; así que si lo que te preocupa es el perdón de tu animal, estate en paz, realmente él te ha perdonado y te perdonará, ahora sólo tienes que perdonarte tú, aprender del proceso y mejorarlo si consideras que así debe ser, ninguna situación ocurre por casualidad, si no para nuestro crecimiento.

9.4 LA MUERTE SÚBITA POR ACCIDENTE

En los capítulos anteriores hemos hablado de los procesos de muerte, en cuando da tiempo a despedirse, pero ¿qué ocurre si todo esto pasa de forma súbita?, te voy a explicar desde el punto que yo lo veo y como yo lo he podido vivir:

Nunca NADA es por CASUALIDAD, aunque parezca un accidente, siempre encierra un aprendizaje y las almas son sabias, así que en muchas ocasiones suele ser una decisión del propio alma de acabar con esta experiencia terrenal por su propio aprendizaje para acortar el camino porque tiene que ir a otro lugar. La muerte bien entendida no es más que el nacimiento a la luz del alma, por lo tanto no es un drama, si la vivimos desde la continuidad y el desapego.

Cuando esto cuesta comprenderlo y caemos en la culpa de pensar que podríamos haberlo evitado o que las cosas hubieran sido diferentes, creamos una resistencia ante el aprendizaje. Es cierto que una muerte súbita genera un caso en primer lugar en la comprensión de la situación y es algo en lo que cuesta trabajo habituarse. Cómo te digo son siempre mis experiencias y no quiere decir que sea una verdad absoluta, pero cómo he pasado por ello, reconozco algunos patrones, y uno de ellos es recrearnos en lo que podríamos haber hecho o evitado, si hubiéramos sabido...

Aquí sólo hay una palabra y no es fácil llevarla a cabo, “CONFÍA”, confía en ti, en que hiciste lo mejor que sabías con lo que tenías en ese momento y que no eres clarividente (y aunque lo seas si forma parte de tu aprendizaje y del alma de tu animal vivir el proceso así, no podrías haberlo evitado). Confía en que el Universo es sabio, las almas son sabias y saben cuál es su camino y NADA es un castigo, todo es un aprendizaje y la forma en la que lo vivimos una consecuencia de nuestra propia forma de ver la vida (que por suerte cómo hemos visto está en constante cambio).

A aquellos que se les ha muerto el animal de manera inesperada, y si es tu caso, no busco consolaros, aunque ojalá estas palabras os den paz, sólo intento que no caigáis en la culpa y comprendáis que si yo he tenido la consciencia de hacer las cosas lo mejor posible y aún así no he podido evitar el “desastre” ocurrido es porque seguramente no habrá habido otra salida.

Y si podría haberlo hecho mejor porque sabía cómo hacerlo, pero no lo hice, (por ejemplo, adaptar la terraza a mi gato para que no salte, o alimentar a mi perro de manera correcta sabiendo que tiene una patología etc...) seguramente habrás aprendido una valiosa lección

al respecto si realmente amas a tus animales, y sospecho que si estás aquí es porque lo haces.

Siempre haz las cosas de la mejor manera que sepas, los accidentes ocurren y muchas veces ocurren porque tienen que ocurrir y porque tienen que ser, y siempre y cuando hayamos sido responsables y conscientes de las necesidades y la seguridad del animal, tenemos que saber que más no se podía hacer.

9.4 LA COMUNICACIÓN TRAS LA MUERTE

Te voy a plantear una pregunta sólo para que reflexiones antes de empezar a leer, así que tómate el tiempo que necesites, deja de leer y reflexiona sobre esto:

¿En qué puedes ayudar a tu animal una vez ha fallecido?

Una vez planteado esto y una vez hayas llegado a tus conclusiones, te voy a contar que si la comunicación con animales en general requiere de mucha escucha, y es algo sagrado a favor del animal, en este caso mucho más... para mí la frase de “descanse en paz”, es sagrada.

Por supuesto, si has podido comunicar durante el proceso de muerte, y dejar todo zanjado antes de que cruce, por favor hazlo, y no le molestes con comunicaciones después en su descanso, salvo que tengas la sospecha de que quizás no ha podido cruzar bien al otro lado, aún así, si la comunicación ha sido efectiva durante el proceso, has liberado las emociones y al animal antes de su partida, es realmente extraño que no trascienda bien.

En caso de que no conocieras la comunicación antes puede ser que tengas dudas sobre si hiciste lo correcto, o si ha trascendido bien; en el caso de si lo hiciste bien durante su vida piensa que todavía no existe una máquina del tiempo que te permita ir al pasado y cambiar las cosas, con lo cuál mi consejo es que no revuelvas aquello que no puedes arreglar, todos tenemos conciencia de lo que podríamos haber mejorado.

Y si tu duda gira entorno a saber si ha trascendido bien tienes que saber que la comunicación tiene unos tiempos, hablando con diferentes comunicadoras, he visto que hay diferentes puntos de vistas, pero yo te voy a contar cómo yo lo trabajo.

Suelo dar 72 horas hasta que el alma se ha separado del cuerpo, cómo mínimo y a partir de ahí puedo realizar la comunicación, procuro no pasar del mes para establecer una interacción con ellos, porque entiendo que su alma tiene un proceso y es necesario que pueda seguir su

camino, la energía está en constante transformación y cada reclamo desde nuestra realidad frena ese movimiento ascendente del alma.

La comunicación recurrente con animales fallecidos para mí no es una opción ni es algo ético, y te lo voy a explicar con un ejemplo para que lo comprendas, estar comunicando con ellos de manera constante cuando han fallecido es como si tú te encuentras subiendo una escalera y cada vez que te llaman tuvieras que descender dos escalones para escuchar bien lo que te dicen, vuelves a subir, y vuelven a llamarte, vuelves a bajar y así varias veces... finalmente el alma del animal está tan cansado, que tiene dos opciones, o dejar de girarse y bajar para hablar contigo o en ocasiones se queda en un entre planos del que hay que ayudarlo a salir porque debido a la necesidad de su responsable de mantenerle aquí se ha quedado sin el combustible para poder hacer su camino.

Quiero recalcar que los animales fallecidos **NO SON VIDENTES**, no pueden saber qué va a pasar en tu futuro, ni tampoco son **CONSEJEROS**, no tienen por qué darte mensajes sobre tu vida, o consejos de qué hacer.

En conclusión, la comunicación con animales fallecidos, únicamente desde mi punto de vista, debería basarse en saber si han trascendido correctamente y velar por su bienestar en ese proceso; todo el trabajo personal que tenga que hacer el responsable con respecto a la muerte del animal, depende de la persona exclusivamente, y por supuesto yo soy la primera que tiende la mano para ayudar a comprender la muerte y acompañar a esa persona con respeto y amor en cada una de las consultas que han surgido de esta manera, pero siempre sin molestar al animal.

También sé que este tema es controvertido, y que mucha gente seguramente dirá que necesitan las palabras de su animal para poder soltarle y sentirse bien, pero he de ser totalmente honesta contigo y con mi forma de trabajar a favor de ellos. No deberían cargar con ese peso, tendríamos que ser capaces de hacernos cargo de nuestras emociones y acompañarles y hacerles su proceso liberador, y no que sean ellos quienes nos consuelen.

Nunca te faltará acompañamiento a nivel personal si lo pides, para poder gestionar las emociones de un duelo, pero les debemos el dejarles ir en paz, con amor y respeto.



10. SANCIÓN A TRAVÉS DE LA COMUNICACIÓN CON ANIMALES

10.1 CONCEPTOS BÁSICOS, EL ESPACIO SAGRADO

La comunicación con nuestro animal como ya hemos visto, es sanadora en sí misma, ¿esto qué quiere decir?, que simplemente por el hecho de que nuestro animal pueda expresar sus emociones, y lleguemos a una resolución de la situación, previo a que se transforme en un conflicto, ya tenemos mucho avanzado.

Ahora vamos a meternos en un trabajo un poco más profundo, de sanción consciente, es importante que sepas que para poder entrar en esto, es necesario que tengas la energía controlada, y seas muy consciente de cómo entras a hacer el trabajo.

Si consideras que una situación compleja, o que quizás estás con demasiada emocionalidad con respecto a lo que está ocurriendo, recuerda que siempre es una opción pedir ayuda, para que alguien más objetivo pueda echarle una mano.

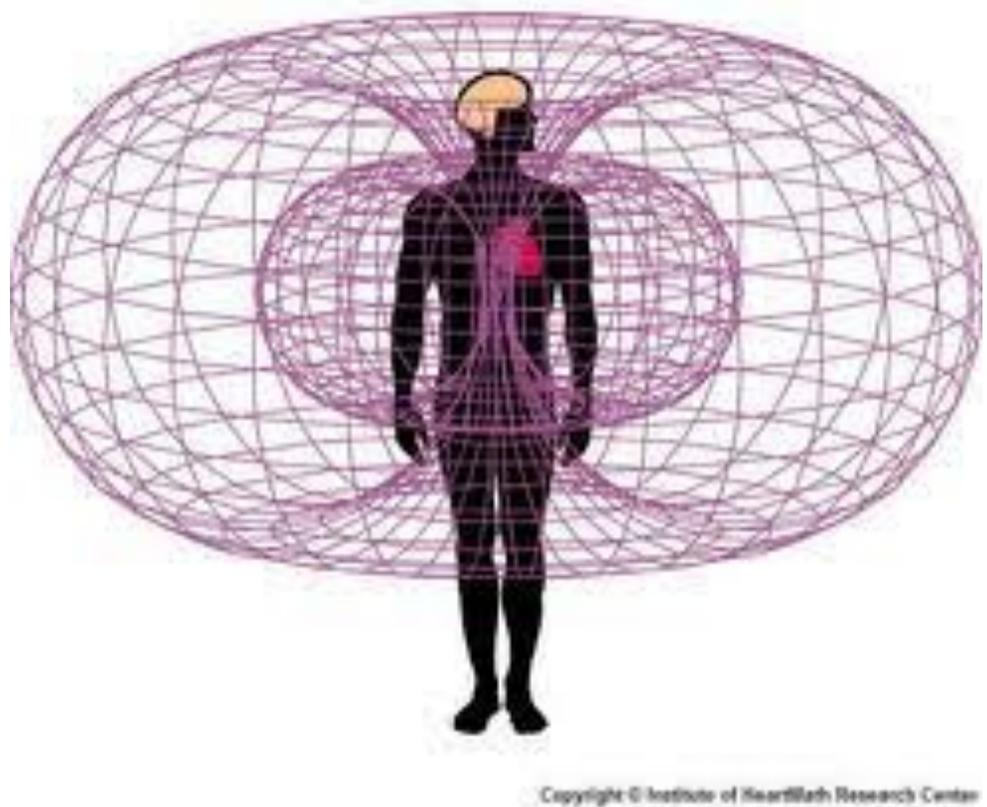
La sanción que realices con tu animal funcionará de manera bidireccional, por lo tanto lo que trabajes en él, sanará aspectos tuyos y vuestro vínculo.

El espacio sagrado, es el lugar dónde yo voy a trabajar cualquier acción que tenga que ver con la sanación, este espacio es un lugar interno que en realidad tiene mucho más que ver con una actitud interna y energética que con un espacio físico.

Siempre suelo pedir que se visualice como una sala blanca a la que accedo poniendo consciencia en mi corazón como si estuviera dentro del mismo, es un lugar energéticamente limpio y neutro, dónde las posibilidades son infinitas, es un lugar dónde puedo visualizar o materializar todo aquello que necesito para mejorar yo o mi animal.

Te voy a dar unos tips para que puedas establecer tu **ESPACIO SAGRADO INTERIOR**; es muy importante aunque no lo creas la parte física. Por lo tanto procura siempre, estar bien hidratad@, el cerebro es un 82% de agua y si no tiene agua y glucosa le va a costar mucho más trabajo funcionar, el descanso es también fundamental, el crear una sensación de descanso y bienestar con la comunicación nos va a ayudar mucho a crear un hábito agradable

y responsable no sólo con los demás si no contigo, respirar, la respiración es uno de los grandes aliados de la comunicación con animales, como ya hemos visto, ayuda a que las emociones sigan fluyendo por el cuerpo sin crear bloqueos en el nuestro, permite que el cerebro reciba mejor también la información y que de ésta manera, la comunicación sea mucho más fluida, la respiración consciente es una de las herramientas más potentes que hay, te va a regresar siempre a tu centro.



Cómo sabemos el cerebro por suerte o por desgracia, no distingue aquello que es real de lo que es imaginario, por lo tanto el recrear un espacio de paz en nuestro interior a nivel mental, transportará nuestro cuerpo de manera física (bioquímica) a ese lugar, elige un lugar bonito y tranquilo, cuánto más lo recrees, cuánto más detalles sea capaz de reproducirle, más real será y más seguro y en equilibrio te sentirás. Es como quién comienza a decorar una casa nueva, al principio no terminas de ubicarte pero cuando vas llenándola de detalles, comienza a ser tu lugar seguro, por lo tanto haz de ese sitio tu lugar seguro y tu refugio, eso ayudará que tanto tú como a los animales que pidas entrar en ese espacio para comunicar, se sientan seguros. Puedes recrear diferentes espacios también dependiendo de la especie, si así lo deseas.

Recrear el espacio sagrado de cada uno, debería de ser una de las tareas del día día, no algo opcional en Lo que veo si dedico tiempo o no. Llegados este punto, lo que pretendo es que lleves la comunicación animal a otro nivel, dónde será una herramienta profunda también para la sanación.

Siempre que queramos acceder a un proceso de sanación, será fundamental hacerlo a través de la sala blanca.

10.2 REGISTRO EMOCIONAL

Ésta es una herramienta sencilla, pero muy eficaz, normalmente solemos trabajar las comunicaciones con un registro emocional limitado, y normalmente desde el nuestro. Como os he dicho en anteriores epígrafes, es muy importante modificar y controlar nuestras emociones.

Cuando en un animal hay emociones de las llamadas “negativas”, tenemos que intentar que esa emoción no nos arrastre, si no modificarla, para hacer de ello algo positivo. Eso no siempre es fácil, ya que las emociones tienen una energía fuerte y tienden a llevarnos a su querencia, por eso es importante ser muy consciente de lo que siento en cada momento y es de lo que más destaco durante el curso.

Crear un registro de emociones a través de anclajes, es una manera de poder apoyarnos para gestionar todo ese flujo de emociones que a veces nos sobrepasan, y también nos va a ayudar a nivel energético a hacer las correcciones emocionales que ellos pueden necesitar. Iremos haciendo conexiones con diferentes emociones positivas que creamos que pueden ser necesarias para crear nuestra biblioteca de emociones, vinculadas a un gesto físico. Os dejo algunos ejemplos: calma, amor, confianza, seguridad, equilibrio... Conforme vayas trabajando las comunicaciones, iras viendo más casos y más emociones que te pueden ayudar con estos gestos.

En el primer nivel veíamos los anclajes olfativos, en éste nivel tenemos los anclajes por tacto.

¿Cuál es el procedimiento?

-Cierro los ojos y respiro.

-Me visualizo en un lugar tranquilo, mi espacio sagrado.

-Conecto con una emoción (iré conectando con diferentes emociones en diferentes momentos para crear “nuestra biblioteca”)

-En el momento en el que conecto con esa emoción la llevo al corazón, la siento de forma muy profunda y la expando por mi cuerpo, le doy un color.

-Y genero un gesto con la mano, por ejemplo, tocarme la palma de la mano, o tocarme un pómulo, apretar diferentes dedos... me resulta indiferente, tiene que ser un gesto que conecte con tu cuerpo, porque lo que vamos a vincular es esa emoción a un tema táctil, que nos ayude a hacer de atajo cuando en mitad de una comunicación necesitemos enviar a ese animal la emoción contraria que le va a ayudar a gestionar.

Las emociones se enviarán a través del cordón, y veremos como esa emoción envuelve al animal y sana la emoción por ejemplo de tristeza, que la compensamos con amor... Miedo con seguridad, y le mandamos el contrario hasta que sintamos que esa emoción “negativa”, se compensa y el animal se queda en equilibrio.

10. 3 EL CORDÓN Y CÓMO FORTALECER EL VÍNCULO A NIVEL ENERGÉTICO

Las relaciones entre humanos y animales no siempre son sencillas, porque somos excesivamente cabezotas, las acciones que realizamos en el día a día marcan energéticamente lo que está pasando en nuestra relación. Y es absolutamente necesario ser flexible en cada uno de los días y de las acciones que tomemos con nuestros animales.

El cordón es un vínculo energético que representa cada una de las acciones que tomamos en el día a día con nuestro compañero. Y se visualiza como un cordón dorado o plateado, rosa o verde, saliendo desde nuestro corazón hasta el sueño. Esta sería la definición simple.

Ahora vamos a entrar más en materia, lo primero que tienes que saber es que él o ella no tienen obligación de aceptar ese cordón si no lo quieren, la mayoría de los animales que conviven con nosotros, tienen vínculo con nosotros y por lo tanto cordón, pero no es una obligación, ese vínculo es mutable, es decir, hay una parte que está siempre conectada, pero puede fluctuar la intensidad de la conexión dependiendo de las circunstancias, todo es reparable, y ahora veremos algunas formas de gestionarlo.

Lo primero será acceder a nuestro espacio sagrado, recrearlo, entrar en un estado de paz y sentir como energéticamente nuestro animal se acerca a nosotros, en el caso en el que nos cueste visualizar esa escena o cualquier otra será suficiente con sentirlo o ir narrándonoslo a nosotros mismos mentalmente, esto va a hacer que poco a poco las imágenes vayan brotando en tu cabeza.

Una vez esté en ese espacio con mi animal, voy a empezar a pensar en pensamientos de amor, pensamientos que me llenen de una energía incondicional de amor infinito, y voy a ir sintiendo como esa energía crece en mi pecho y se va expandiendo de manera progresiva por todo mi cuerpo llenando cada rincón, después vuelvo a conectar con mi corazón y visualizo como ese cordón sale directamente de mi corazón hasta la mitad de la sala... esto que te voy a comentar es FUNDAMENTAL, el cordón NUNCA IRÁ DIRECTO AL CORAZÓN DE

NUESTRO COMPAÑERO, eso es una intromisión energética y una falta de respeto por mucha confianza que tengamos con nuestro animal. Si el cordón es aceptado, observarás como desde su corazón sale otro cordón que llega a mitad de la sala y se conecta al centro con el tuyo. En ese punto puedes observar los colores y formas que genera, y permitirte sentirlo para ver qué sensaciones te evoca.

Puede ser que diferentes conflictos a nivel emocional, malos entendidos, regaños etc...hayan generado algunas cicatrices en ese vínculo, simplemente voy a observarlo, puede que lo vea como una mancha negra, o como un hilo que parece estar roto, o que tiene un color un poco más apagado. En ese momento pondré mi atención en esa muestra, y veré si me viene algún recuerdo a la memoria, o alguna sensación o emoción. En este punto no entraré a juzgarla o justificar esa situación para tener yo la razón, si fue algo que a mi animal le hizo sentir mal, es igualmente importante, así que lo aceptaré, validaré esa experiencia aunque para mí no sea trascendental y la llenaré de amor y compasión, visualizando poco a poco como las manchas desaparecen, los hilos se van uniendo, y como esa herida queda sanada...

Puede haber diferentes manchas o hilos, algunos puede que muevan más emociones, y otras que sean más sencillas o con menos carga emocional, pero es bastante recomendable hacerlo no sólo cuando haya un conflicto, si no como parte de la rutina, para asegurarnos que el vínculo se encuentra fuerte.

En el caso de que tu animal no conecte el vínculo contigo, chequea si quizás tu energía en ese momento no es la correcta, el animal no lleva suficiente tiempo conviviendo contigo, el vínculo más fuerte es con otro miembro de la familia, o puede ser porque el animal haya pasado por muchas casas o por diferentes traumas que le han hecho perder la capacidad de confiar y crear esa conexión, en ese caso deberemos trabajarlo con terapia floral o con PNL como veremos un poco más adelante, no desesperes, cada día es distinto y con todo esto se trata de evolucionar, e ir mejorando la relación con mi animal y que esté bien, no que todo sea perfecto.

10.4 LA BURBUJA DE PROTECCIÓN

Esta es una herramienta que es también realmente sencilla pero muy efectiva. Se usará a través del cordón y trabajando el registro emocional.

Una vez tenga claro las emociones que mi animal necesita para gestionar su entorno o en situaciones concretas y haya podido programarlo con los anclajes táctiles y sea una algo que

tenga integrado (de ahí la importancia de practicar cada día estas técnicas), conectaré con mi sala blanca, con mi animal, poniendo consciencia en esa emoción positiva y sintiendo como sale desde mi corazón a través del cordón, generando un espacio de protección para mi animal.

Esto se puede hacer cuando el animal es miedoso, o tiene pánico a situaciones concretas como veterinario, Petardos etc... pero tenemos que ser muy conscientes de que la energía de la burbuja la estamos generando y sosteniendo nosotros, por lo tanto debemos encontrarnos en el estado óptimo para que sea efectiva. La programaremos antes de la situación y la iremos reforzando visualizándola en los momentos que sean necesarios, chequeando siempre primero nuestra energía y poniendo la intención en que esa burbuja sea firme y confiable.

10.5 CÓMO AYUDAR A LOS ANIMALES EN MOMENTOS DE CRISIS CON LA COMUNICACIÓN CON ANIMALES.

Nuestra energía es siempre fundamental como hemos visto, pero hay un factor que siempre confundimos y es la empatía con la pena. En los peores momentos de los animales, es muy importante que nuestro estado emocional sea lo mejor posible, sé que en la mayoría de los casos sobre todo si son animales propios, es realmente difícil, por eso siempre aconsejo que si es un tema de demasiada carga emocional, lo derivemos a una persona que esté menos vinculada emocionalmente y que siempre podrá ser más objetiva de lo que lo somos nosotros en ese momento.

Recuerda siempre que la pena no ayuda, lo que hace es embuclarnos en nuestros propios pensamientos y emociones, y volvemos al egoísmo y salimos de la escucha. La pena arrastra, en la empatía reconocemos la emoción y nos alejamos de ella para poder gestionar de la manera más positiva para el otro.

Cuando tuve que tomar la decisión de eutanasiar a Phoebe una de mis perras, a pesar de ya llevar mucho tiempo haciendo comunicaciones, tuve que pedir ayuda a Olga Porqueras, para que me ayudara a comprender en profundidad lo que mi perra necesitaba, porque toda esa madeja emocional no me permitía pensar con claridad.

En muchas ocasiones ponemos nuestra opinión más humana en lo que a ellos les ocurre, en vez de intentar ponernos en su manera de ver el mundo, en la comunicación es fundamental trabajar con nuestra animalidad, y una de las maneras es poniéndonos en el lugar del animal con el que estamos, quitando todos los preceptos humanos para poder comprenderle de una

manera lo más objetiva y limpia posible. La realidad, es que en muchas ocasiones negamos lo que ocurre porque no lo entendemos y usamos frases como: “pero si no pasa nada...”, “no seas bobo, no ves que eso no puede darte miedo” o “no te comportes así que eso no es de un perro educado”... todo ese tipo de frases son frases de calibre demasiado humano, y se alejan por completo de la comunicación telepática animal y de la empatía hacia ellos.

En una situación de crisis el chequeo emocional nuestro, la percepción de nuestras necesidades y las de nuestro animal y cómo enfrentamos el mundo, será fundamental. Ya te he dado herramientas arriba que te permitirán profundamente gestionar todas estas situaciones y con la consciencia apropiada.

Ellos son grandes esponjas nuestras porque tienen muchísimas neuronas espejo y están profundamente conectados con el entorno y las emociones, por eso en momentos suyos de crisis es fundamental dejar nuestro egoísmo a un lado o el cómo nos vamos a sentir nosotros y poner toda la atención en nuestro compañero. Esto no quiere decir que no estemos mal o preocupados, es natural, pero que estas sensaciones nos hagan ser más conscientes de qué necesita nuestro animal, qué necesitamos nosotros, para tomar acción y no caer en el victimismo, en el que no sólo no nos ayudaremos a nosotros mismos, si no que además nuestro animal tendrá que hacerse cargo de nuestras emociones y ayudarnos a metabolizarlas.

10.6 REPROGRAMACIÓN Y SANACIÓN DE CREENCIAS CON PNL Y COMUNICACIÓN ANIMAL.

Con esta técnica podemos conseguir corrección de recuerdos en corto o largo plazo, corregir los recuerdos que tiene la cabeza hace que genere nuevos circuitos neuronales para tener más posibilidades de gestionar esa situación desde un punto de vista diferente. Es una forma de trabajar principalmente visual y emocional, se usa en animales que tienen traumas asociados a una situación vivida o a situaciones distorsionadas de la realidad. Esto no quiere decir que borremos el recuerdo, o que le quitemos el miedo o la experiencia y aprendizaje asociado, pero sí podemos reducir mucho la ansiedad y mejorar la comprensión del animal con respecto a algún tema traumático.

En el caso de las personas la PNL se trabaja con frases, aquí también podremos hacerlo, pero tienes que tener en cuenta que el cerebro del animal registra principalmente emociones vinculadas a imágenes, con lo cuál lo ideal es hablarle en el mismo idioma.

Seguiremos el protocolo básico como siempre, y los pasos nuevos son:

-Encontrar el recuerdo que ha podido ser traumático para el animal, para eso es necesario hilar muy fino, y saber muy bien cuál es el recuerdo exacto y las emociones asociadas a esas imágenes. Para eso hace falta que la comunicación sea muy exacta, cuánto más exacta, mejor podremos hacer la corrección asociada.

-Una vez tenemos el recuerdo, podremos trabajar en diferentes fases, no quiere decir que todas las fases se puedan hacer del tirón en la misma sesión, incluso es muy posible que tengamos que trabajar varias sesiones con una misma fase del proceso.

Una vez ubicado el recuerdo, tendremos que asegurarnos que cada paso ha quedado absolutamente integrado en el proceso y que el animal se siente en paz con cada uno de ellos:

-Lo proyectaremos frente al animal y le quitaremos el sonido, los sonidos fuertes como los de disparos, tormentas etc...aceleran mucho la sensación de peligro.

-Lo siguiente es quitarle el color a la imagen, el color según ellos lo perciben, recuerda que la saturación y el abanico de colores no es tan amplia cómo la nuestra.

-Después se va alejando el recuerdo poco a poco haciéndolo cada vez más pequeño hasta hacerlo desaparecer.

-NO SE PUEDE DEJAR UN HUECO, es importante llenar ese hueco con un recuerdo en positivo, asociado a emociones en positivo. Por ejemplo, en vez de la imagen de un cazador disparando, la sensación de seguridad de estar en casa, y aplicaremos la carga emocional de una manera más potente en positivo. Los circuitos neuronales están muy vinculados a las emociones, cuánto más potente sea la sensación emocional vinculada al recuerdo mayor impronta va a dejar, por lo tanto, es importante que nos centremos en mandar una sensación emocional potente y positiva al inculcar el nuevo "recuerdo".

Con éste trabajo se requiere de paciencia, no es algo para realizar en una sesión, tiene unos resultados asombrosos cuando se trabaja de forma constante y profunda. Pero para eso es muy importante conocer cuál es realmente con el máximo detalle posible, el momento traumático del animal.

En el caso de que no seas muy visual, sí es necesario que ubiques el recuerdo, pero quizás las proyecciones no se te dan bien, en ese caso vincularás frases siempre en positivo, nunca se usará el NO en la frase, asociadas a una potente proyección de tu registro emocional que has entrenado previamente.

La opción con la que rellenes el hueco vacío después de alejar el recuerdo antiguo, tiene que ser algo realista que puedas llevar al día a día, ya que si programo algo que después no voy a hacer y voy a pensar sólo que por haberlo hecho mentalmente va a resultar, la terapia va a ser un FRACASO. Con el PNL abrimos al cerebro a nuevas opciones y posibilidades cuando el animal se encuentra sólo con el aprendizaje de una única respuesta aprendida de manera negativa ante una situación, pero es FUNDAMENTAL que esa opción que se da sea tangible en el día a día para reforzar ese recorrido neuronal y transformarlo en hábito para poder generar una modificación a largo plazo.

10.7 LAS ENFERMEDADES Y LAS EMOCIONES

Por último es muy importante que sepas varias cosas, una de ellas es que las enfermedades, según el Dr. Hammer son la resolución de un conflicto que ya existe hace tiempo, es decir, no son el problema, “el problema” en realidad es la emoción mal gestionada que se ha enquistado, y ha terminado tocando a nivel físico o dañando el órgano.

Te recomiendo que profundices en los diccionarios de biodescodificación para descubrir, qué emociones se vinculan con qué órganos y con qué enfermedades, ahí tendrás un gran espejo de lo que ocurre con tu animal y contigo, y mucha información para poder tomar acción de manera efectiva.

Recuerda también, que en ocasiones son cosas mucho más básicas, es decir, una mala alimentación, la falta de ejercicio o falta de los cuidados mínimos son la base de la generación de enfermedades, y por mucho que corriamos la parte emocional si la comida que seguimos dando es mala, las posibilidades de sanar del animal se verán muy mermadas.

Obviamente los conflictos emocionales, producen cierta debilidad energética en los órganos haciendo que la propensión a la enfermedad sea mayor.

10.8 FIN

Hemos llegado al final de este camino a nivel técnico, pero recuerda siempre que este es un viaje que nunca termina, que los aprendizajes con nuestros animales y el mejorar su vida y su día a día, va a tener unos efectos muy positivos en nosotros, nuestra conciencia, y nuestra energía y salud.

Sé que es un texto intenso y extenso, y deseo de corazón que lo hayas disfrutado de manera profunda, que hayas tomado anotaciones y sobre todo y lo más importante que lo pongas en práctica de manera sistemática. De nada sirve tener la información si no toma acción al respecto para cambiar.

También pedirte un favor, este es un texto vinculado a una formación, es algo que he querido regalaros con todo el corazón porque creo firmemente en las ganas de mejora de la gente que forma parte de mis cursos y en la necesidad de los animales por poder tener una vida más completa donde todas sus necesidades sean escuchadas. Pero te voy a pedir que comprendas que estas son muchas horas de trabajo personal, y que la distribución de este documento está totalmente prohibida, por respeto y por un tema legal (el documento y la formación está registrado por la Ley de la protección intelectual).

Siempre será para tu uso y claro que puedes compartir con gente que tenga curiosidad y de manera verbal ciertos aspectos de este contenido, pero es muy importante que sepas que el trabajo que haces con los animales tiene sus repercusiones y bien hecho es UNA MARAVILLA, sin embargo, mal hecho o sin los suficientes conocimientos puede ser perjudicial.

Desde aquí te deseo un precioso camino de convivencia con tu animal, integrando todo lo visto y llenando vuestros días de comprensión, empatía y salud emocional y física.

GRACIAS por ser tan valiente y compartir este camino.

¡NOS VEMOS PRONTO!

