



Centro de
**Constelaciones
Expansivas**

Claves para el bienestar

Silvia Arteaga (Ma. Bodhi Vistara)
Consteladora Familiar – Terapeuta Integral

www.constelacionesexpansivas.cl

| [@constelacionesexpansivas](https://www.instagram.com/constelacionesexpansivas)



Centro de
**Constelaciones
Expansivas**

Bienvenido

Disfruta
descubriendo tu
propio camino hacia
la sanación

Mi camino



SILVIA ARTEAGA (Ma. Bodhi Vistara)

Siempre utilizo mis dos nombres, el que me dieron mis padres al momento del nacimiento y el de Sanyas que me dieron en India, como combinación de mi experiencia profesional con mi dedicación a la expansión de la consciencia.

Mi pasión por la cultura y mis inquietudes personales me llevaron a hacer estudios en diferentes países, para mejorar la integración de la energía en el ser humano y cuando llegaron a mí las Constelaciones Familiares, comprendí que todos esto me condujo hacia un nuevo estilo de vida.

Soy Consteladora Familiar y Terapeuta Integral. Te ayudo a descubrir tu propio camino hacia la sanación y te enseño a integrar un estilo de vida que te dará satisfacción y plenitud.

Me complace entregarte este material con algunas claves para tu bienestar.

**Claves para sanar las
heridas que nos impiden
tener relaciones sanas**

Siguientes claves



6

¿Cómo te
relacionas
contigo y
con tu
entorno?



Esta clave se refiere a la calidad de nuestras relaciones. Nos relacionamos desde antes de nuestro nacimiento, por ello, las relaciones más importantes son: conmigo mismo, con mamá y con papá, luego vienen las relaciones con los hermanos y el resto de la familia. Los abuelos constituyen nuestro pilar de fuerza. Todas las relaciones familiares son importantes para desarrollarnos posteriormente en la sociedad.

Sexta clave para sanar:

Estar atentos y conscientes sobre el diálogo interno con el cual me relaciono conmigo.



7

¿Cómo te relacionas con los demás?



Esta séptima y última clave de estos cuadernos de ejercicios se refiere a la relación que sostenemos con la pareja con los compañeros de trabajo con los amigos y con la sociedad.

La relación de pareja es nuestro gran aprendizaje, con ella vamos construyendo una nueva historia, pero las historias que han quedado sin resolver en el pasado de nuestra familia van a influenciar la forma en la cual me relaciono con la pareja.

Asegúrate de tratar a las demás personas tal como te tratas a ti mismo.

Séptima clave para sanar:

Estar atentos y conscientes al diálogo que tienes contigo y cómo te diriges a las demás personas.

Ejercicio:

Respira profundamente, cierra los ojos y conéctate con tu Ser espiritual. Obsérvate con amor, paciencia, comprensión y ternura; y así como te ves a ti mismo es como atraes las miradas de los otros, mirándote de esa forma ya no atraerás a tu vida personas que te maltraten, ni relaciones tóxicas.

Respira profundo y pregúntate quién está dentro. Respira y conéctate con la bondad y la belleza de la vida.



¿Y AHORA... QUÉ SIGUE?

Ahora que comienzas tu proceso hacia la sanación, te presentamos estas grandes oportunidades:

Los Encuentros Terapéuticos que mencionamos a continuación, los hemos preparado para ti, seguras de que te permitirán descubrir las formas de armonizar tu sistema de familia, lograr relaciones sanas, comprender tus raíces y conectar con la libertad y la abundancia.

- La Fuerza de Mis Ancestros.
- La Pareja...Amor y libertad.
- Mi camino hacia el éxito y la abundancia.
- Cicatrizar las heridas de duelos y pérdidas.
- Trascender el dolor de la migración.
- Sanaterapias: Ciclos de 21 días de acompañamiento terapéutico.

Y recuerda:

“Cuando nos relacionamos a nivel del alma, surge una fusión que puede sanar el Mundo”

Silvia Arteaga (Ma. Bodhi Vistara)

