

CÓMO CREAR TU ÁRBOL FAMILIAR



WWW.ROBERTOJIMENEZNAVAS.COM
[@roberto_jimenez_psicosomatica](https://www.instagram.com/roberto_jimenez_psicosomatica)

CONECTA CON TU ÁRBOL FAMILIAR

Cuando miramos nuestro árbol familiar con conciencia y le damos un lugar en nosotros, comienza a abrirse y comunicarse. Esto sucede porque necesita ser reconocido, mirado y entendido.

Pasos para crear tu árbol:



- Anota los nombres de los familiares importantes para ti (abuelos, padres, hermanos, tíos, etc.).
- Incluye su trabajo, fechas de nacimiento y muerte, y enfermedades importantes o causas de fallecimiento.

PARA ACTIVAR LA INFORMACIÓN DE TU ÁRBOL FAMILIAR DEDICA UN MOMENTO PARA OBSERVARLO Y REALIZA ESTE ACTO SIMBÓLICO:

“A través de hacer este árbol, ahora estáis presentes en mi vida. Estoy dispuesto/a a conocerlos, escucharlos y ayudarlos. Me abro a recibir vuestra ayuda, mensajes e información en mis sueños, relaciones o de la forma más asimilable. Empiezo este proceso de sanación para mí y para las generaciones futuras. Gracias por acompañarme.”

¿Por qué hacer esto?



Dar un lugar a las historias y memorias de tu árbol es clave para que esas raíces ocultas comiencen a sanar. Recuerda: todo lo que no se reconoce tiende a repetirse.