

PELUQUERIA TRANSPERSONAL

LAS EMOCIONES:

**DE LO PERSONAL
A LO TRANSPERSONAL
EN EL TRABAJO.**

INDICE

- INTRODUCCION.
- EMOCIONES
- CHAKRA CORONA
- PERSONALIDADES
- AUTOESTIMA
- PELUQUERIA LAVADORA EMOCIONAL
- PROCESO DE TRANSFORMACIÓN



Las emociones: de lo personal a lo transpersonal en el trabajo.



En mi trabajo de investigación quiero hablar de las emociones, me centraré sobre todo en la de cliente-profesional.

En este trabajo hablaré de lo que se nos mueve y remueve dentro de mi salón.

Mi profesión es la peluquería, y quiero ir más allá, quiero poder interrelacionar con el cliente para poder trabajar tanto externamente como internamente.

Cuando tengo un cliente en mis manos quiero brindarle la oportunidad de hacerle consciente de lo importante del momento, ese momento de transformación que está desarrollándose en su interior y que vamos a realizar visualmente en su exterior.

La peluquería es un laboratorio de emociones, es un lugar por el que todos pasamos con más o menos asiduidad pero en el que nuestras emociones toman un peso muy importante y decisivo para nuestra aceptación

Mi proyecto es hacer de esa peluquería algo con esencia, con alma, con amor profundo por el ser humano que tengo entre mis manos y al que puedo ayudar no tan solo con mi corte de pelo o el color que le haga sino con la ATENCION de ser consciente de lo que ocurre en su interior para estar allí pidiendo ese cambio exterior que es consecuencia del interior.

La búsqueda de una PELUQUERIA donde el exterior no esté desconectado del interior, trascendiendo desde la superficialidad, prestando atención al proceso visual y tan transformador que ponemos en marcha.

A ser consciente de que se puede trabajar con otra mirada más amplia y enriquecedora, compartiendo y observando.

Formando equipos de trabajo en los que cada individuo crezca y se enriquezca de una profesión que va mas allá, que forma parte de una labor social e individual donde el AMOR, ES LA MONEDA.

Haciendo formaciones para el equipo con el que trabajo y para otros peluqueros.

Mi idea es que cuando una persona entre en el salón tenga la posibilidad de descubrir y poder tener acceso a una parte de ellas mismas desconocida y extraña.

Poder hacerlo cercano, fácil, interesante, enriquecedor... que no lo vean como un tema que solo tratan "los que llevan túnicas naranjas, la cabeza rapada y se pasan el día meditando."

Independientemente de la edad hay personas que por patrones o creencias, este tipo de información lo tienen totalmente vetado o anulado.

-¡Eso no es para mí! Yo no puedo, no tengo paciencia.

- Yo no tengo estudios, eso es muy complicado para mí.

-Yo limpio mi casa, hago de comer y lo tengo todo a punto para mis hijos, marido y nietos, no tengo tiempo de pararme, ¡Con la de cosas que tengo por hacer!!!

Poder brindar esta oportunidad de mirar hacia dentro, tomar conciencia, estar presente.

Mujeres y hombres que por sus creencias creen estar haciendo algo malo en contra de su religión o no merecerse nada de todo esto. Jóvenes, abiertos a conocer.

Personas que en un futuro pueden ayudar a otros a tomar conciencia, a respirar, a observar el mundo interior dándole sentido a todas esas dudas.

Personas deseosas de aquietar su mente, de cambiar patrones, con la falta de sentir un camino AUTENTICO controlado por uno mismo.

Personas que ya trabajan en su mirada interna y encuentran en el salón ese aliado con el que pueden compartir experiencias y enriquecernos mutuamente en este peregrinaje.

Personas con ganas de auto descubrirse y sin saber cómo hacerlo o con pereza por ello.

Quiero brindar la oportunidad de COMPARTIR mis experiencias y mis conocimientos como otros hacen conmigo.

Respetando profundamente a las personas que no quieran hacer ningún cambio en sus vidas, que todo esto les dé igual, sin imponer tan solo informando.

Hablo de poner CONSCIENCIA en nuestras vidas sin que tenga que ser algo exclusivo de un retiro espiritual, granito a granito, paso a paso, caminando en esta aventura de la vida, de la vida transpersonal, juntos y cada uno a su ritmo debemos caminar hacia la cima, hacia la esencia del SER. Cada individuo crea su propio camino,

Clientela con la que yo trabajo y donde yo veo que piden más ayuda, más información, desean saber y recorrer ese camino no andado por haber vivido otros tiempos y dejarse arrastrar por la marea.

Quiero ayudar a vivir plenamente, con sentido, con unidad con uno mismo, con ese amor que somos capaces de dar a todos y nos negamos a recibir de nosotras mismas.

Abrir el horizonte sin tener que hacer un cambio radical en la vida, tan solo prestando atención al momento presente, estando poniéndote un tinte cosa que haces mensualmente.

En muchos momentos he pensado que la peluquería es como un club. Donde se reúnen y comparten historias, toman un café y se despreocupan de tener que hacer nada, se lo hacemos todo.

Ellas tan solo tienen que poner la **atención**, las ganas por descubrir.

Les lavamos la cabeza con un agradable masaje, con champús de fragancias relajantes y agradables, les ponemos una mascarilla diez minutitos en el secador, secamos el cabello dulcemente, damos un retoque de maquillaje... Momentos muy agradables para hacer un alto en el camino y pararse a investigar sobre las emociones de uno mismo.

En el salón es muy importante el silencio, respetar el silencio del cliente. No siempre tenemos ganas de

hablar o leer, tan solo queremos estar sin hacer nada, **observando**.



En la peluquería sale de todo. Los hijos, las novias de los hijos, las suegras, las cuñadas, los hermanos, los padres, nietos, la vecina, los compañeros de todos estos personajes, etc....

Acuden algunas con más regularidad que otras/os pero tienen en común lo mismo hablan de sí mismas, de emociones, de experiencias...

Cuando hay dolor, pérdidas, alegrías...a veces semanalmente estas al corriente de todo lo que acontece en su vida. De la última discusión con su marido, de la faena que le hizo el novio, del jefe borde y pesado, de la vecina del segundo que ya no le habla, de lo triste que me siento y no se porque, de la pena, del miedo, del amor.

Dar herramientas para que trabajen ellas mismas/os para sí mismas/os, poco a poco ir abriendo ese campo de visión, pudiendo contemplar el extenso valle, que tenemos frente a nuestros ojos con sus sombras y sus luces, ese permanente autodescubrimiento.

Todo es lo mismo, la misma moneda, la esencia de nuestro ser más profundo puede ser observada aunque sea por un tiempo minúsculo.

Ayudar a dirigir la mirada hacia la sombra acompañando en ese proceso.

Un camino de permanente autodescubrimiento.

Ayudar a ver en dolor como una oportunidad de aprendizaje y no un complot del universo hacia Nosotros.

Es para mí un aprendizaje continuo, con cada una de las clientas que atiendo.

Es un lugar donde se hablan de cosas tan íntimas donde te sientes una privilegiada por tener la confianza de esa persona explicándote sus emociones.

Dudas, angustias, abandonos, fracasos, desilusiones, frustraciones, limitaciones, todo tipo de experiencias vividas de una forma dolorosa, sin conciencia y separadas de lo único y el todo, su SER.



“LO QUE SE NECESITA MEJORAR NO ES EL UNIVERSO SINO LA MANERA DE MIRARLO”

Lama Dirhavansa

Saberse testigo de nuestra pequeña identidad personal y reconocerse como observador de la máscara que uno representa, permite vivirse en todas las opciones que nuestra *diversidad* demanda. Cuando lo inconsciente deviene consciente por el mágico poder del *darse cuenta*, todo tiene más sentido y se disfruta de la propia independencia.

El viaje más importante de la vida; *la gran aventura de la consciencia*.

Emociones

La palabra emoción puede significar varias cosas. La mayoría de las veces, se refiere a sentimientos positivos o negativos producidos por situaciones concretas. Por ejemplo que nos traten injustamente hace que nos enfademos, ver sufrir a otra persona nos pone tristes y estar con una persona querida nos hace sentir felices.

Las emociones consisten en patrones de respuestas fisiológicas y de conductas típicas de la especie. En humanos estas respuestas van acompañadas de sentimientos. De hecho, la mayoría de nosotros utiliza la palabra emoción para referirse a los sentimientos, no a las conductas. Pero son las conductas, y no las experiencias privadas, las que tienen consecuencias para la supervivencia y la reproducción.

Por tanto, son los objetivos útiles de las conductas emocionales los que han guiado la evolución de nuestro cerebro. Los sentimientos que acompañan a estas conductas surgieron bastante tarde en el proceso evolutivo.

Aunque las expresiones emocionales parecen ser innatas, todos somos conscientes de que pueden ser percibidas por los demás. Por consiguiente, a veces intentamos esconder nuestros verdaderos sentimientos, y hacemos lo posible por parecer impasibles o incluso por mostrar una emoción diferente a la que realmente sentimos.

En otras ocasiones podemos exagerar nuestra respuesta emocional para asegurarnos de que los demás notan como nos sentimos.

Por ejemplo, si un amigo nos explica alguna experiencia penosa, nos esforzamos porque nuestra expresión facial muestre tristeza y empatía. Aunque los patrones de movimientos musculares que acompañan a un determinado sentimiento están determinados biológicamente, estos movimientos pueden ser modulados hasta cierto punto.

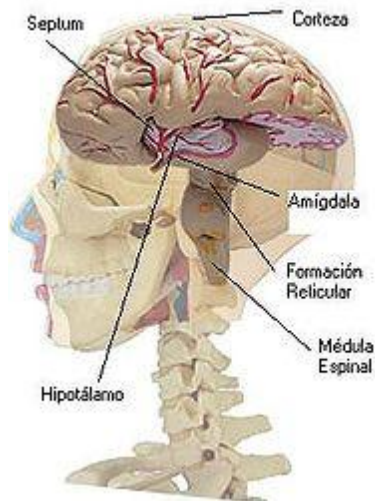
Las **emociones** son fenómenos psicofisiológicos que representan modos de adaptación a ciertos estímulos ambientales o de uno mismo.

Psicológicamente, las emociones alteran la atención, hacen subir de rango ciertas conductas en la jerarquía de respuestas del individuo y activan redes asociativas relevantes en la memoria.

Fisiológicamente, las emociones organizan rápidamente las respuestas de distintos sistemas biológicos, incluyendo expresiones faciales, músculos, voz, actividad del SNA y sistema endocrino, a fin de establecer un medio interno óptimo para el comportamiento más efectivo.

Conductualmente, las emociones sirven para establecer nuestra posición con respecto a nuestro entorno, impulsándonos hacia ciertas personas, objetos, acciones, ideas y alejándonos de otras. Las emociones actúan también como depósito de influencias innatas y aprendidas, poseyendo ciertas características invariables y otras que muestran cierta variación entre individuos, grupos y culturas (Levenson).

Componente fisiológico



El componente fisiológico de las emociones son los cambios que se desarrollan en el sistema nervioso central (SNC) y que están relacionados con la presencia de determinados estados emocionales.

Son tres los subsistemas fisiológicos que según Davidoff están relacionados con las emociones, el SNC, el sistema límbico y el sistema nervioso autónomo. Durante los procesos emocionales se consideran particularmente activos a los siguientes centros del SNC:

- La corteza cerebral forma parte del SNC. Davidoff y Sloman coinciden en que la corteza cerebral activa, regula e integra las reacciones relacionadas con las emociones.

De acuerdo a la *Arquitectura Computacional de la Mente* de Sloman, se requiere de un proceso central administrativo dedicado a las decisiones referentes a intenciones, selección de planes y resolución de conflictos : de acuerdo a Sloman las decisiones de un sistema inteligente no se pueden tomar de manera independiente, de ahí que los procesos desarrollados por la mente que impliquen logros conflictivos necesitan ser resueltos a un mayor nivel de abstracción.

Cabe mencionar que Sloman considera los procesos emocionales como la base estructural de la mente de los sistemas inteligentes.

¿Se puede describir el funcionamiento de la mente etapa por etapa? ¿Qué tan compleja o completa podría ser esa descripción? ¿Son los procesos de la inteligencia humana consecuencias lógicas de millones de años de adaptación al entorno? ¿Son la mente y las emociones humanas accidentes estadísticos en una infinita combinación de arreglos de células nerviosas que logró sobrevivir a millones de años de evolución?

- El hipotálamo forma parte del sistema límbico. Este se dedica a la activación del sistema nervioso simpático.

Este centro está relacionado con emociones como el temor, el enojo, además de participar como activador de la actividad sexual y la sed.

¿Puede estar una persona entrenada para no reaccionar fisiológicamente a las emociones?

¿Son las emociones mecanismos de comunicación primitivos anteriores a los lenguajes simbólicos? o ¿Son mecanismos más sofisticados y evolutivamente más recientes?

- La amígdala está relacionada con las sensaciones de ira, placer, dolor y temor. La extirpación de la amígdala causa complejos cambios en la conducta.

- La Médula espinal: De acuerdo a Harold Wolff, referido por Davidoff³ todas las emociones están relacionadas con determinadas respuestas fisiológicas a las emociones.

Wolff con sus experimentos demostró que las paredes estomacales reaccionaban a los estados emocionales cambiando su flujo sanguíneo, las contracciones peristálticas y las secreciones de ácido clorhídrico. Albert Ax determinó la relación entre las emociones y la frecuencia cardíaca, conductividad eléctrica de la piel (relacionada con la transpiración), tensión muscular, temperatura de rostro y manos y frecuencia respiratoria.

Se encontró que las reacciones emocionales al peligro provocaban reacciones similares a la acción de la adrenalina, se encontró que los actos insultantes provocan reacciones musculares, cardíacas y respiratorias similares a la acción de la adrenalina y noradrenalina. Gary Schowartz encontró que algunas reacciones emocionales provocan cambios de tensión muscular facial imperceptibles a simple vista pero medibles instrumentalmente.

Según lo anterior es posible que las reacciones emocionales estén relacionadas con cambios fisiológicos necesarios para que el individuo haga frente a la situación o bien para la transmisión de mensajes o señales de respuesta a otros individuos. Puede considerarse también la hipótesis de que muchos de estos cambios quizás sean perceptibles sólo de forma inconsciente por otros individuos.



El chakra corona

Como no hablar del chakra corona!

En peluquería trabajamos con el chakra corona el tercer ojo y el chakra de la garganta.

Me voy a centrar básicamente en el chakra corona.

CHAKRA: palabra sánscrita que significa “rueda de energía”, imagen que representa los centros de energía del cuerpo.

KUNDALINI: palabra sánscrita que designa una energía vital localizada en las profundidades de las últimas vértebras. La energía *kundalinī* subiría verticalmente por medio del fluido espinal, a través de la columna vertebral, atravesando todos los *chakras* y alimentaría el cerebro, modulando su actividad. Sería una energía evolutiva, y según el grado de activación en el individuo, condicionaría su estado de conciencia.

Hablaremos de este chakra corona como la *Puerta del Cielo*, como una puerta de emisión y de recepción. Permite la interacción con el TODO y con el resto de chakras. Desde este chakra emana la glándula pineal localizada en el centro de nuestro cerebro, de ahí se eleva el cono del chakra. La energía que habita la corona es la energía celeste, la energía de la vida, la energía de la fe; no una fe basada en un sistema de creencias, sino una fe basada en la experiencia de la TOTALIDAD.

En las obras antiguas, este chakra es descrito como una flor de loto que abre sus mil pétalos.

Igual que las raíces terrestres pasan a través de las piernas y entran en el suelo a través de los tres chakras que están bajo los pies, las raíces celestes se dirigen, a través del cono del chakra, hacia los planos superiores de la conciencia, se elevan y envuelven a los tres chakras superiores que están por encima de la corona.

El chakra corona es una puerta abierta a los otros planos de conciencia. Cuando los chakras de la conciencia y de la corona se fusionan, vivimos un cambio total en la percepción de nuestra propia realidad. Sin embrago para que el chakra se desarrolle, para que respire sanamente y pueda expandirse sin desequilibrar a los chakras, necesitamos una base sólida. Es necesario que nuestro chakra de la base este tan desarrollado como nuestro chakra corona. Una estructura así nos permitirá una comunicación real con la kundalini de la tierra.

La kundalini de la tierra es ese magma que existe en las profundidades de la Intra-Tierra. Si nuestra corona esta tan desarrollada como nuestra base y viceversa, estaremos en comunión con los tres mundos: la Intra-Tierra, la Tierra y el más allá de la Tierra.

La información no es recibida únicamente por la corona y transmitida a la conciencia alineando la visión superior. También es transmitida a la garganta (la palabra) y al corazón; así, el amor incondicional se purifica permitiendo que pueda compartirse lo incondicional. Se transmite también al plexo, permitiendo la armonización en el hara y el enraizamiento en la base.

Todos los trabajos que realizamos están en contacto con el chakra corona. Cuando cortamos, teñimos, lavamos, secamos,...

Al inicio de mi profesión yo era una ayudanta de peluquería y me pasaba el día lavando cabezas y dando pequeños masajes craneales. Mi asombro era en lo que yo podía llegar a percibir de la persona que tenia entre mis manos, si estaba nerviosa, tranquila, notaba perfectamente su estado de ánimo.

Infinidad de veces empezamos atendiendo a la clienta y está nerviosa, tensa, acelerada...pero al poco rato ya empieza a relajarse, a respirar, a soltar.

Un ejemplo es cuando hacemos mechas, se separan particiones pequeñas desde la nuca hasta la zona frontal tricotando el cabello. La duración es de unos 30 a 50 minutos.

En estos momentos podemos ofrecer al cliente que haga el ejercicio de las 40 respiraciones.

Hemos conseguido relajar y aquietar esos pensamientos repetitivos y ensordecedores para la paz interior. De una manera tan sencilla como hacer unas mechas o aplicar un tinte. La clienta se ha evadido de lo externo, respirando y calmándose suavemente y casi sin darse cuenta, centrando su atención en el presente

Puedo hacer algo más que todos esos servicios, dándoles un enfoque más amplio y profundo.

Las claves están en el interior

Un día de primavera, sobre las ramas de los árboles de un gran bosque, una lechuza se encontró con un búho sabio.

-¿Adónde vas? Preguntó el búho;

-Me estoy mudando al este - contestó la lechuza

-¿Por qué? pregunto el búho;

-La gente de aquí es estúpida y vulgar. No le gusta mi graznido, y a causa de ello, no tengo más que problemas con todo el mundo que conozco -replicó la lechuza-. Por eso quiero trasladarme.

El búho sabio respondió:

-Si quieres cambiar tu voz, estará muy bien. Pero aunque te vayas al este o al oeste dará lo mismo, porque a la gente de allí tampoco le gustará.

Acuérdate, querida, que por más que cambies y sustituyas en el exterior, tu graznido te perseguirá, ya que:

Las verdaderas claves del cambio están en el interior.

Así, nos encontramos a veces con clientes que pretenden ir variando su imagen en función de gustar a los demás por lo que siempre irán cambiando, hasta darse cuenta de que el verdadero cambio se da desde dentro.

Personas que tienen baja autoestima y la ligan en exceso a su imagen y atractivo sexual.

Describir la personalidad de alguien supone el intento de captar su esencia, de concretar algo a partir de las distintas cosas que se conozcan de él.

Se trata de una tarea que casi siempre supone tomar un gran número de características conductuales y reducirlas a un conjunto más restringido de cualidades o atributos. La evidencia acerca de la personalidad proviene en parte de lo que la gente hace y dice en diversos momentos, pero también tiene que ver con la *forma* en la que los individuos hacen las cosas, el estilo que da un toque único y personal a sus acciones.

La existencia de diferencias individuales, cada persona es diferente de las demás. No existen dos personalidades que sean exactamente iguales, ni siquiera en el caso de los gemelos idénticos. Unos son felices, otros se entristecen, algunos son sociables, otros más tímidos, aislados y hasta antisociales.

Una de las razones para emplear el término personalidad es identificar los rasgos que definen al individuo, lo que no sería posible si estos no variaran de unos a otros.

De ahí la importancia de la noción de diferencias individuales para el empleo cotidiano del término personalidad.

Las cinco grandes categorías de la personalidad

Extroversión:

Locuaz, atrevido, activo, bullicioso, vigoroso, positivo, espontáneo, efusivo, enérgico, entusiasta, aventurero, comunicativo, franco, llamativo, ruidoso, dominante, sociable.

Afabilidad:

Cálido, amable, cooperativo, desprendido, flexible, justo, cortés, confiado, indulgente, servicial, agradable, afectuoso, tierno, bondadoso, compasivo, considerado, conforme.

Dependencia:

Organizado, dependiente, escrupuloso, responsable, trabajador, eficiente, planeador, capaz, deliberado, esmerado, preciso, practico, concienzudo, serio, ahorrativo, confiable.

Estabilidad emocional:

Impasible, no envidioso, relajado, objetivo, tranquilo, calmado, sereno, bondadoso, estable, satisfecho, seguro, imperturbable, poco exigente, constante, placido, pacifico.

Cultura o inteligencia:

Inteligente, perceptivo, curioso, imaginativo, analítico, reflexivo, artístico, perspicaz, sagaz, ingenioso, refinado, creativo, sofisticado, bien informado, intelectual, hábil, versátil, original, profundo, culto.

- Darse cuenta

Un conflicto observado es un conflicto resuelto

Cuando la persona se da cuenta de que los hechos que acontecen son neutros termina por comprender que lo que en realidad hace que las cosas sean una bendición o una desgracia es la interpretación que nuestro "programa de creencias" hace de ese material que nos llega.

- Aceptación

El hecho de llegar a aceptar todas nuestras facetas como, simplemente componentes del ser humano único e irrepitible que somos, nos ayuda a ser mas afectivos y realistas.

- Toma de decisiones

Elegir que cosas son las que quiero cambiar y decidir qué cambios debo realizar. Decido y actúo aquí y ahora que es lo que va a ser diferente a partir de este momento.

- Pasar a la acción

Ejecución del plan, siguiendo el orden establecido.

Como motivar para avanzar y subir escalón a escalón esos pequeños cambios que caminan de la mano de la sociedad.

La elección de cualquier programa creador exige desintoxicarse de la comodidad, lo que solo podemos hacer apoyándonos en nuestro otro gran deseo; ampliar nuestras posibilidades, sentirnos capaces, experimentar la alegría de nuestros pequeños triunfos. Los clásicos introducían aquí uno de los ingredientes de la fortaleza: la paciencia, que no es el origen de la sumisión, sino de la resistencia. En contra de la opinión común, siempre me ha parecido una virtud creadora, y citaré una frase maravillosa de Van Gogh, que escribe a su hermano Theo:

“Hoy he leído una verdadera frase de artista.”

El autor era Gustavo Doré, y la frase decía así

“Tengo la paciencia de un buey.”

Añadía el pintor:

“Sé lo que quiero dibujar. Lo intentaré una vez, diez, mil veces. No pararé hasta que lo consiga”

Tomas de Aquino hace un comentario sobre la paciencia,

“Paciente no es aquel que no huye del mal, sino el que no se deja arrastrar por su presencia a un desordenado estado de tristeza.

La paciencia preserva al hombre del peligro de que su espíritu sea quebrantado por la tristeza y pierda su grandeza.” *Ne fragantur animus per tristiam et dedicat a sua magnitudine.*

La grandeza del hombre es el proyecto. Su contenido es la dignidad. El hombre magnánimo, consciente de su grandeza, tiene alta estima de sí.

Cuando una persona se concentra en un proyecto y en su realización, impone a su atención un giro salvífico.

Todos los maestros han incluido la perseverancia, el mantenimiento del esfuerzo, dentro de la fortaleza. A ella se opone la veleidad, el capricho y la blandura.

Veleidoso es el que no es capaz de fijar sus proyectos, caprichoso el que está a merced de su deseo inmediato, y blando el que se espeluzna ante cualquier esfuerzo.

Autoestima

En Psicología, la autoestima, también denominada amor propio o auto apreciación, es la percepción emocional profunda que las personas tienen de sí mismas. Puede expresarse como el amor hacia uno mismo. El término suele confundirse con el narcisismo o el coloquial *ego* (egocentrismo), que referencia en realidad una actitud ostensible que demuestra un individuo acerca de sí mismo ante los demás, y no la verdadera actitud u opinión emocional que este tiene de sí. Es un aspecto básico de la inteligencia emocional.

La percepción emocional puede fácilmente llegar a sobrepasar en sus causas a la racionalización y la lógica del individuo. Por ello, tener una buena autoestima implica ser conscientes de las virtudes y defectos propios (autoconcepto) así como de lo que los demás realmente dicen de uno (heteroconcepto) y sienten hacia uno (heteroestima), aceptando todo ello en su justa medida, sin amplificarlo ni reducirlo, sabiendo y afirmando que en cualquier caso uno es valioso y digno. Implica, por lo tanto, el respeto hacia

uno mismo y consecuentemente hacia los demás. La autoestima es el requisito indispensable para las relaciones interpersonales y humanas sanas. El amarse así mismo permite que puedas amar y respetar a los demás.

“La belleza de las cosas existe en el espíritu de quien las contempla.”

David Hume.

Sucedió en una tarde de verano que la Belleza se paseaba por un precioso paraje en las márgenes de un río.

El día era tan caluroso que se le ocurrió desnudarse de sus preciosas ropas de finas sedas, depositándolas sobre la hierba a fin de refrescarse con un buen baño.

Pero, curiosa coincidencia, sucedió que también por allí se encontraba paseando la Fealdad con sus ropas descoloridas y sencillas.

Al pasar junto al río, se le ocurrió la misma idea que a la Belleza, por lo que sin dudar se despojó de sus ajadas apariencias y, colocándolas junto a las ropas de la Belleza, se zambulló en el río.

Estuvieron un rato chapoteando divertidas hasta que la Fealdad decidió salir mientras la Belleza continuaba su baño.

Cuando la Fealdad llegó a la orilla y contempló las preciosas ropas que la belleza había dejado, decidió vestirse con ellas, dejando a su vez sus antiguas prendas allí sobre la hierba.

Al poco, siguió su camino y se alejó por el sendero.

Más tarde, cuando la Belleza decidió salir del agua, comprobó que la Fealdad se había llevado sus ropas recién estrenadas; a cambio, le había dejado las viejas.

La Belleza, viendo que la tarde caía y no atreviéndose a la desnudez, decidió vestirse con aquellas ropas y continuar su paseo por entre montañas y valles.

Desde entonces cuentan los sabios que en este mundo que vivimos, hay algunos que:

**Contemplan el rostro de la belleza
y saben que no lleva sus ropas.
Y otros que conocen el rostro de la fealdad
y sus ropas no los engañan.**

El relato hace referencia a una etapa del desarrollo en que la apariencia es lo único que muchas personas son todavía capaces de percibir por las creencias y patrones adquiridos en nuestra educación.

Así como en la peluquería donde nos encontramos con la búsqueda de la apariencia, pero podemos ir más allá encontrándonos con ese yo, que desconocemos y que nos hace reflexionar ante lo que en

realidad somos.

Nuestras ropas no nos hacen más bellos o mas conocedores, pero pese a ello nos olvidamos de profundizar en nuestro Ser.

Una de las características de lo personal a lo transpersonal es traspasar esa imagen observando que la belleza se encuentra en nuestro ser interior ramificándose y floreciendo externamente.

Se trata de un nivel en el que no se ha hecho consciente el mundo interior con todos sus estados de contradicción e infinita belleza. Sin embargo, cuando el sujeto ha devenido iniciado, es decir, "ha entrado dentro", la belleza se torna integral y abarca el refinamiento de las superficies y la irradiación de las profundidades más completas.

"El bien crece con mayor abundancia cuanto más se comunica."
John Milton

Peluquería lavadora emocional.

Actualmente vivimos en el seno de un materialismo a ultranza con la consiguiente pérdida de valores que han guiado a la raza humana a la lucidez y a la sabiduría.

En el seno de las grandes ciudades vivimos un aislamiento del yo profundo casi patológico, asistimos a un egoísmo superviviente que subyace tras la prisa, el consumo de cosas, ideas y pastillas, y la huida hacia delante.

El afán de provecho de una supervivencia tanto emocional como material invita a la búsqueda de placer sostenido y a la necesidad de consumir para que se mantenga el montaje que cada cual ha construido.

Todo este escenario de identificación con el ego convierte a muchos seres humanos en seres enfermos, estresados y ansiosos con la tendencia a sufrir somatizaciones progresivas cada vez más incómodas. Sabemos que el medio ambiente está enfermo y la naturaleza humana también está perturbada.

Tal cual está la sociedad en estos momentos necesita de pequeños cambios para poder ayudar en ese despertar y vivamos desde nuestra identidad esencial o conciencia pura.

Cualquier comercio podría aportar ese granito de arena, dando una visión diferente de lo ya conocido.

En la peluquería pasamos muchas horas, puede que más que en una biblioteca, un centro deportivo.

Hacer mini-tempos donde el estar con uno mismo ese reencontrarse frente a un espejo, donde de golpe te tienes solo a ti, cara a cara. Aprovechar esa situación ese momento para dar consciencia, hacer consciente a la persona de esa oportunidad que la vida le brinda.

No hace falta retirarse tres meses en un monasterio budista a los pies de Himalaya, tan solo hace falta ser consciente poco a poco, dar pequeños pasos, siendo algo fácil y diferente, en un salón de peluquería donde empiezas por un no estar bien contigo mismo y necesitas acudir a un psicólogo de la imagen.

En la peluquería estas en silencio, observas, lees una revista o un periódico, momentos que se pueden aprovechar para emplear ese tiempo en hacer una mira interna consciente.

Donde podemos ser ayudados a recordar que la crisis es una oportunidad y que la soledad, cuando se vive con atención al momento presente y a su gran riqueza, puede ser una bendición si no se confunde con el aislamiento.

Has ido a la peluquería porque algo de tu imagen no te agrada, no sabes que es o sí, pero necesitas ese cambio o reajuste, exterior es un cambio interior. Algo se está reestructurando en tu interior.

Ayudar con las instalaciones, el trato, ambiente, servicio, revistas. Formar a estilistas- terapeutas para poder acoger amorosamente a las personas despistadas señalando las oportunidades que este tiempo tan complicado tiende a traernos en las llamadas desgracias que nos ocurren.

“Jamás se ha conseguido nada espléndido que no haya sido logrado por quienes se atrevieron a creer que había en su interior algo superior a las circunstancias.”

Bruce Barton

- Proceso de transformación “del capullo a la mariposa” Metamorfosis.

Cuando entramos en una peluquería confiamos que saldrá otra persona diferente, pero para ello se deben dar ciertos procesos de transformación que requieren de su tiempo y trabajo. Nos reciben, y tapan con una bata borrando cualquier referencia de moda o estilo. De pronto estamos ante el espejo observándonos de una manera diferente, sin nuestras ropas habituales.

Desaparece ese yo que creemos ser y de repente nos encontramos con alguien que desconocemos de nosotros mismos, con el que nunca nos comunicamos ni le prestamos atención.

Igual que con las emociones nos desnudamos al caerse los patrones y las creencias con las que vivíamos anteriormente.

Es aquí donde podemos darnos cuenta que la conciencia domina a la mente, todas nuestras decisiones se ven afectadas por ello. La falta de concentración puede impedir que nos mantengamos en contacto con nuestro propio cuerpo, sus señales y sus mensajes, lo que a su vez puede crearnos muchos problemas físicos, problemas de los que ni siquiera sabemos que somos nosotros mismos quienes los generamos.

Asignan a un estilista, que bien puede ser conocido de otras visitas al salón o bien no conocerlo de nada, entramos en contacto.

Contacto, es el instante previo al servicio a realizar por el peluquero, en el cual, el cliente y el profesional son analizados mutuamente.

En función de cómo el cliente perciba este primer contacto, aceptará después cualquier propuesta. Tendremos una respuesta positiva o negativa, por parte del cliente, en el resto del servicio.

Hay algo que te disgusta y no sabes lo que es, intentas peinarte y no hay manera de sacar nada que te agrade. Necesitamos ayuda y vamos a buscarla.

Es por eso que es tan importante el primer contacto, es la persona en la que vas a confiar para que te ayude a señalar la dirección de salida.

Frente al tocador nos encontramos con la imagen de nosotros mismos, con los cabellos desmelenados y cara de susto por lo que va a venir.

El estilista se coloca detrás de nuestra silla, aparece por la espalda y nos habla a través del espejo.

Nos toca el cabello, como le da la gana, nos mira fijamente estudia y piensa en que es lo que necesita nuestra imagen.

Hablamos con la estilista para informarle que es lo que nos hace sentir mal (localizamos a la sombra) y que soluciones podemos encontrar al respecto.

Toma de contacto con la sombra, que me ha traído aquí, que es lo que quiero cambiar de mí, que yo no sé cómo hacerlo.

Una vez detectada la sombra (no me veo guapa, no sé por qué, pero no me siento bien con mi imagen, hay algo de mí que me molesta no me hace sentir bien), acudimos a un centro donde pueden solucionar esa molestia que es la punta del iceberg, de lo que nos ronda por dentro, una señal.

Una vez allí empieza un trabajo de transformación que procede de un “colapso estético” es decir saber que no te gustas, que no te sientes bien, aunque desconoces como mejorarlo y necesitas

que te señalen como sentirte mejor.

Es el proceso en el que pasas de lo personal a lo transpersonal a través de tu imagen. Para ello debemos pasar por vernos (igual que en las emociones) mal, a disgusto con nosotros y según en que momentos hasta de la peor manera que jamás hayamos imaginado.

Debemos cambiar la manera de hacer para poder obtener el resultado deseado, desprendernos de antiguos patrones, hábitos y costumbres que ya no nos vienen bien para esta nueva etapa. Aceptar que es lo que tenemos en esos momentos y si no nos gusta proceder a cambiarlo.

Cuándo el profesional nos explica que debemos de cambiar la manera de peinarnos para conseguir el nuevo estilo deseado, que debemos olvidarnos de cómo lo hacíamos hasta el momento y empezar de nuevo con nuestro estilo elegido.

Infinidad de veces me he encontrado con clientes que me han pedido un cambio de look,

-Hazme lo que quieras!!! Pero eso no me lo toques, aquello modifícalo un poco nada más y lo otro déjalo tal cual esta.

Este cliente NO quiere cambio, le encanta creerse que lo está haciendo, pero no es capaz de deshacerse de ese de la imagen segura que ya conoce y lanzarse al cambio, que en definitiva es a lo que ha venido.

Como terapeuta estilista le hacemos reflexionar acerca de lo que no se atreve a hacer. Es una decisión que debe de tomar el cliente nosotros como profesionales tan solo estamos para escuchar y orientar la mirada. Mostrarle que es lo que dice, que es lo que quiere, y que es lo que hace.

Nos resistimos al cambio, a lo nuevo, a soltar lo viejo por la duda y la incertidumbre que nos genera lo desconocido.

Pero algo en nuestro interior nos empuja a descubrir eso que no conocemos y que tanto terror a la perdida nos genera.

Como terapeuta estilista debemos empatizar con estas emociones.

La empatía es conectar emocionalmente con el otro, lograr ver la vida atreves del otro y eso no es un asunto fácil porque padecemos todavía un cierto grado de egocentrismo y narcisismo que nos lo dificulta.

El hecho de viajar al mundo del otro es un gran viaje en el arte de vivir.

El hecho de ser capaz de perder nuestra estrecha visión y viajar a la visión del otro es toda una misión terapéutica.

Es una nueva pero sencilla manera de entender la peluquería. Sencilla siempre y cuando nos liberemos de la mentalidad de "peluqueros", sobre todo en el primer contacto, en el primer diálogo con la clienta.

La debemos atender como profesionales, escucharla muy atentamente y aprender, saber, ver e intuir cuáles son sus necesidades.

Sabemos como profesionales que existe una necesidad: el 80% de los clientes de peluquería va por autoestima.

El cabello habla y el profesional peluquero es el único que entiende el idioma que emplea el cabello. Pero no debemos de olvidar al Ser que nos está hablando y pidiendo una solución, debemos unir las emociones con la imagen que se ve uno de sí mismo.

Esta nueva peluquería requiere de profesionales formados en peluquería y en terapia transpersonal, o lo que a cada uno más le motive y llegue a lo más hondo de su Ser para poder ayudar a señalar la salida a las personas que nos lo soliciten.

Es un aprendizaje mutuo, la clienta nos enseña, nos brinda la oportunidad de poder acompañarla en el camino y poder así nosotros interiorizar en lo que esa u otra historia nos mueve en nuestro interior.

Debemos tener muy en cuenta para las propuestas tanto de corte como de color, analizar al cliente y observar lo que nos habla mucho de él.

Lenguaje corporal
Imagen general/ Aspecto
Forma de vestir
Seguridad
Forma de hablar
Sonrisa y mirada
Higiene
Manera de llevar el cabello.

Comunicación y diagnóstico: en este momento debemos interesarnos por su cabello como si fuera el nuestro, y por él como si fuéramos nosotros mismos.

Encuentro tan iguales los pasos a seguir en ambos casos, en terapia y en un diagnóstico de peluquería. Observas, escuchas, acompañas.

No con esto quiero sustituir una terapia por una sesión de peluquería pero si poder mejorar una visita al salón haciendo evidente ese valor añadido que la SOCIEDAD demanda cada día más.

Comentarios como, necesito hacerme algo urgentemente, no puedo pasar ni un día mas, donde me presento yo con estos pelos, no lo soporto estoy fatal, arrégname esto que me da vergüenza ir por la calle así, me deprime verme, solo me faltan estos pelos para acabar de deprimirme.

O por el contrario, que peso me he quitado de encima, hoy me como el mundo, esta noche sí que salgo, que haría yo sin ti, que bien me siento, si no fuera por estos ratitos, soy una mujer nueva, que bien me siento, me encanta, me has alegrado el día...

El cliente pide y como profesional debemos descodificar el mensaje que nos da mezclando un sinnúmero de elementos, esa buena interpretación, esa aclaración a su mensaje es el éxito de su visita.

El salón permite encontrarse con uno mismo, verse, escucharse, ser como todos los que hay en el salón no hay diferencias, todos vamos con uniforme, unos con bata y otros con uniforme.

Después de todo el proceso de transformación del cabello y tras dar un retoque de maquillaje, llega el momento de deshacernos de la bata y encontrarnos con esa persona nueva, con otro aire, sintiéndose ligera, con seguridad, buen humor y con ganas de salir al exterior a enfrentarte con lo que haga falta.

Hemos transformado nuestro exterior repercutiendo en nuestro interior.

La unión del TODO.

BIBLIOGRAFIA

“Maestro de sus chakras maestro de sus vidas.” Marie Lise Labonté

“Cuentos para aprender” José María Doria.

“Anatomía del miedo” José Antonio Marina.

“Motivación y emoción” Johnmarshall Reeve.

“Teorías de la personalidad” Charles S. Carver, Michael F. Scheier

“Fisiología de las conductas” Neil R. Carlson.

“Terapeuta Transpersonal” José María Doria.