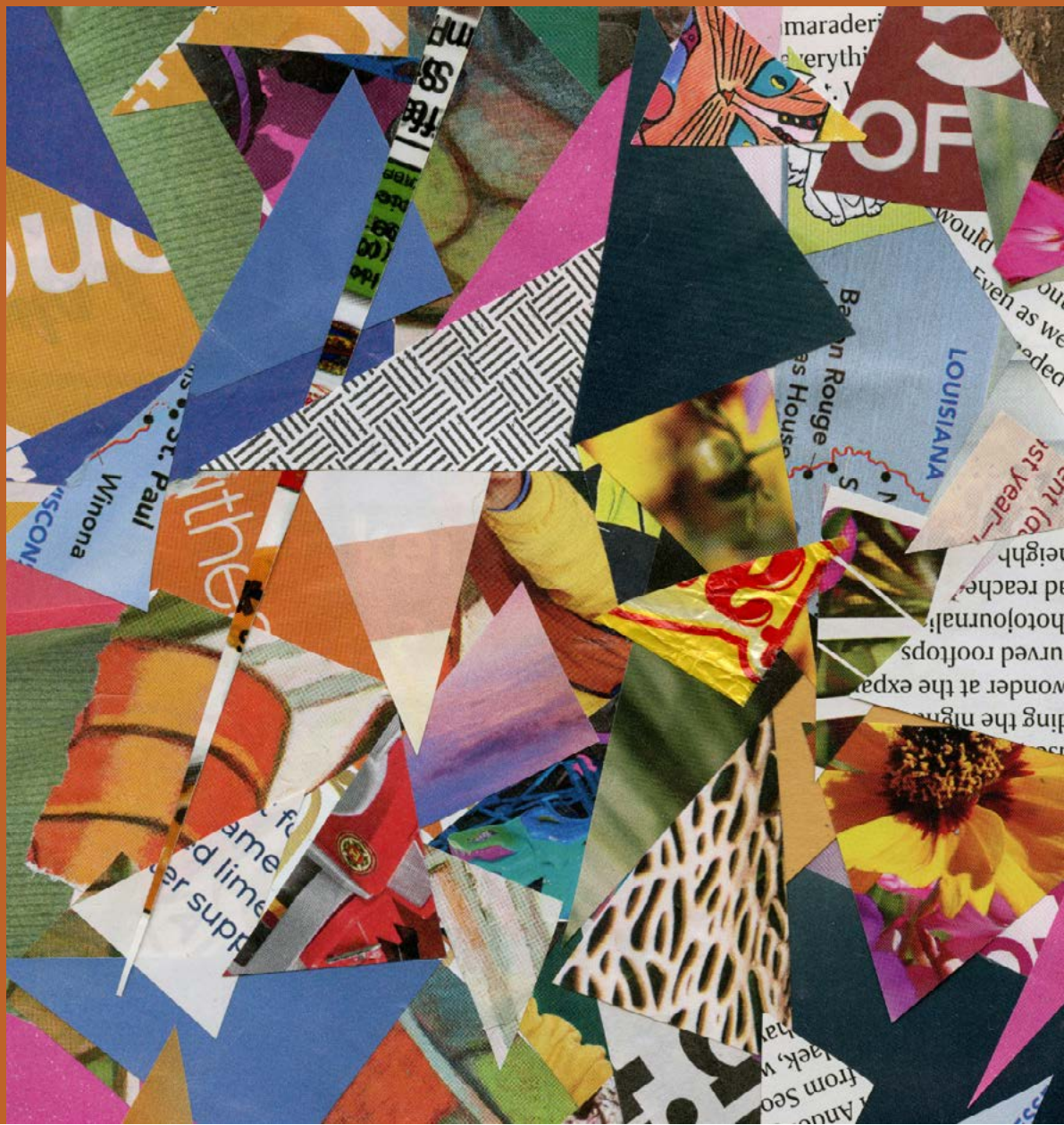


Red Transpersonal

“Despertar nuestra dimensión artística”

CLAVES 47



- Desde la infancia aprendemos a ocultar quiénes somos para ser aceptados.
- **Creamos máscaras para proteger nuestras heridas emocionales.**
- Las heridas más comunes son: rechazo, abandono, humillación, traición e injusticia.
- **Cada herida deja huellas que afectan nuestra forma de mostrarnos al mundo y de vivirnos en la adultez.**
- Reconocer nuestras máscaras es el primer paso para sanar.
- **El collage es una herramienta creativa que ayuda a expresar emociones profundas y a explorar lo que no siempre podemos decir con palabras.**
- Crear un collage sobre nuestras máscaras nos ayuda a entender nuestros roles y emociones.



- Las máscaras nos protegen, pero también pueden limitarnos si no las hacemos conscientes.
- **El collage, como cualquier expresión o recurso artístico, puede ser un camino poderoso hacia el autoconocimiento y la sanación.**

