


## Una buena retroalimentación no es un consejo

<https://soundcloud.com/thomashuebl/good-feedback-is-not-advice>

“Una buena retroalimentación no es necesariamente un consejo. Un consejo bueno o mal es generalmente algo que ha funcionado para mi en el pasado, yo creo que es bueno, y por ello también pienso que es bueno para ti. Pero lo que yo estoy buscando es que pueda ser más transparente con mi proceso de escucharte. Así, que lo que cualquier cosa que surja en mi o entre nosotros o en ti mientras mantenemos esta comunicación es mucho más interesante que un buen consejo porque trae a la intermediación aquí y nos revela mucha información. Así, que traigamos a la retroalimentación de “ah es bueno que hagas esto con esto, es mejor que hagas esta terapia con esto porque es lo que necesitas. Nosotros no necesitamos darnos consejos los unos a los otros. Yo comparto conmigo cómo me siento mientras te estoy escuchando a ti. Yo me siento a mi mismo y soy consciente también de ti. Así que aprendo a sentir ambos: mi mundo interno y a ti al mismo tiempo. Lo que esto nos brinda es que nos da algún tipo de toma de tierra en la escucha y presencia y mi mundo interno y el espacio entre nosotros y tú mundo interno, es decir, nuestro contexto relacional. Así, cuando te escucho a ti, estoy prestando atención a ambos. Así escucho lo que me compartes y después yo te digo lo que yo siento mientras te estoy escuchando. Lo que siento entre nosotros, y después, de pronto, las sutilezas se revelan por sí mismas. Por ejemplo, ¿qué es una sutileza? Es cuando una persona que comparte sobre su vida, así que si estás compartiendo algo conmigo que es importante para ti o que es difícil para ti en tu vida o algo que es muy bueno para ti en tu vida. Para mi es importante, por ejemplo, cuánto te puedes mantener conectado mientras estás hablando. Y mantener la conexión es cuánto siento yo que tu energía está conmigo, es abrir una ventana y cuándo tu energía ya no está aquí. Así algunas veces la gente habla sobre, generalmente sucede cuando las personas hablan sobre partes difíciles de su vida, no pueden mirar, miran hacia otro lado o cortan la conexión sólo por un segundo. Así que cuando te escucho a ti y siento que por un segundo tu no estas aquí, no te encuentro. Para mi como oyente esto es importante. Por lo general en la vida cotidiana, cuando estamos lidiando con todo tipo de circunstancias no prestamos mucha atención a esto, o lo dejamos pasar. Pero para nosotros aquí, esto es importante. Si no puedes mirarme mientras me estás contando sobre tu familia de origen para mi eso significa mucho, yo escucho mucho a través de tus ojos mientras me cuentas tu historia. Hay pequeños detalles que suceden. Pero si el contexto es consciente de



ello, ayuda a la persona a ser consciente de esto, si ninguno de los dos ve esto, se quedará inconsciente, porque la vida no se revela a sí misma. Así la revelación de detalles sutiles será puesto en un contenedor consciente entre nosotros. Menos dar consejos de lo que pensamos que es bueno y más cómo me siento mientras estaba escuchándote. “Este fue mi proceso”. Esto es más interesante, esta es una respuesta viva a lo que me compartes. Esto es una cosa que yo creo que es bueno mantener en mente, nosotros no necesitamos darnos consejos los unos a los otros. Es más que nos presenciemos los unos a los otros. La presencia es de hecho, al final en dónde la energía se puede transformar.”