

## Transcripción del episodio

### TAOLC EP: 029 -

Conquista tu tiempo, despierta tu intuición y potencia tu creatividad con autora y coach creativa  
Elisabet Niut

*Tenga en cuenta que esta transcripción ha sido generada por IA y puede contener errores.*

Dannie Reeve :

¿Eres el tipo de persona que tiene muchas ideas, pero te cuesta llevarlas a cabo? o ¿quizás ya tienes un proyecto armado, pero te criticas tanto que no lo publicas o no lo muestras a nadie?, o ¿quizás te frustras porque escuchas a todo el mundo hablar de tener un propósito, tener una pasión, y tú no sabes cuál es la tuya? Si te sientes identificado o identificada con cualquiera de estas problemáticas, te va a encantar el episodio de hoy. Nuestra invitada de hoy es Elisabet Niut, y juntos nos vamos a adentrar en el viaje que la ha llevado a seguir su curiosidad y a escribir su primer libro de ciencia ficción en todos los universos posibles. Pero hay algo que creo que sepas y que seguro va a picar tu curiosidad antes de escuchar esta charla, Elisabet no se había planteado ser autora. No había estudiado filología, ella es madre de dos hijos, es enfermera a tiempo completo, tiene las mismas responsabilidades y cargas que seguramente tú tienes en tu vida.

No tiene más recursos que tú tampoco, pero ha aprendido a cultivar su creatividad, a potenciar su vena artística y a darse el tiempo y los medios para crear algo que la hace vibrar. Y si ella puede, pues tú también puedes! Hoy vas a aprender cómo. Así que tengo muchísima ilusión por compartir esta charla contigo. Elisabeth es una bellísima persona cuyo ejemplo seguro te va a inspirar. Aparte, es multifacética, tiene un máster en bioneuroemoción. Fue consultora en Bioneuroemoción para el Instituto Enric Corbera, también tiene un máster en coaching, hace su propia música y tiene una voz hermosa. Así que, quédate hasta el final que también he compartido una canción suya que vale mucho la pena escuchar. Bueno, ahora sin más dilación, empecemos.

Hola Elisabet, ¿cómo estás?

Elisabet Niut :

Hola, buenos días. Muy bien, muy emocionada de estar aquí contigo.

Dannie Reeve :

Bueno, yo muy emocionada de tenerte aquí. Ya sabes, nosotras hace años que nos conocemos, eras una gran persona que me ha inspirado mucho. Y las dos empezamos en el instituto en Bioneuroemoción, eh? Fuiste mi espejo porque hicimos la prueba juntas. Sí, y desde ahí, hemos desarrollado una amistad muy potente y he aprendido mucho de ti. Así que tengo muchas ganas de que las personas que nos escuchan, puedan disfrutar de toda tu creatividad y tu forma auténtica de vivir la vida.

Elisabet Niut:

Que Bien, es un placer para mí de verdad. Y además es mutuo el sentimiento, el aprendizaje, el y el cariño que te tengo ya, ya sabes.

Dannie Reeve

Vamos a empezar para que la gente te conozca mejor. Hace cinco años, cuando te conocí, estabas como consultora en Bioneuroemoción y has hecho un trayecto impresionante desde ahí que te ha llevado a escribir un libro que a mí me encanta y no lo digo porque eres mi amiga, realmente es un libro que engancha, que tiene una historia muy interesante también donde aprendes mucho. Pero mi primera pregunta para ti sería, si hace cinco años, alguien te hubiese dicho, oye, pues vas a publicar un libro, cuál hubiera sido tu reacción?

Elizabet Niut:

Igual que estaba loco! Ni bueno es que ni pasarme por la cabeza. Yo en esa época escribía, pero escribía canciones. Estaba con la música. Todo el tema creativo me vino mucho con la música, con la guitarra, con crear canciones. Y escribía canciones. Entonces, nada que ver con escribir una historia una novela de ficción en este caso que es algo, pues aunque sea un proceso creativo, creo que son como dos mundos muy parecidos, pero que no habría unido en ningún momento. Ni se me habría pasado por la cabeza. O sea, a mí me dicen eso y digo, estás loco, ¿no? ¿En qué momento? ¿Y como hago yo, eso ? o sea, me hubiera sorprendido muchísimo

Dannie Reeve:

Y y cómo entonces? Porque claro, tenías el gusanillo en ti porque escribías canciones. ¿Cómo has hecho para unir estos dos mundos? ¿Cuál ha sido el detonante?

Elizabet Niut:

Creo que no es algo lineal. No es algo que viene dado. No empiezas en un punto A y acabas en un punto B. Yo creo que es como das muchas vueltas y como muchos círculos para llegar a los sitios. Y en este caso fue así. Fue a través del tema de la escritura en sí, ya como por 100 escritura ya sin la música. Pues empezó, ah, quizás pues me regalaron un un libro, el camino del artista de Julia Cameron me lo regalaron mi hermano y mi cuñada es un libro que tiene 12 semanas de curso. Vas haciendo como los 12 capítulos que son las 12 semanas. Y en estas 12 semanas hay algo que se repite que es escribir cada mañana. Pues tres páginas que son las páginas matutinas, que son tres páginas de escribir cosas. Pues totalmente aleatorias sin ningún sentido, sin ningún objetivo, simplemente no para vaciar la mente y vas escribiendo lo que te surja.

Dannie Reeve:

Perdona que te interrumpa. Pero para nuestros oyentes que quizás no hayan escuchado de Julia Cameron, ¿cuál es la finalidad cuando plasmas estas tres páginas? ¿Es una finalidad más de trabajo personal?

Elizabet Niut:

Es un trabajo muy introspectivo. El camino del artista, eso sí que es cierto. Ejercicios que te dan mayormente son introspección, observar creencias para ir desbloqueando todo ese potencial creativo

que tenemos todos. Las páginas matutinas yo creo que tiene varias finalidades, pero yo te voy a hablar de las mías de como yo lo experimento como yo las vivo porque actualmente a veces sí que no de forma más habitual, pero a veces aún las hago. Yo descubrí que de esa forma vaciaba mucho. Yo soy muy mental y le doy muchas vueltas a muchas cosas. Entonces vaciaba mucho y eso me daba espacio a nuevas cosas. Yo me di cuenta de eso al cabo del tiempo, no también. Pues te desahoga, de alguna forma pones delante todo lo que te está ocupando ese espacio y dándole vueltas, y que te impide, pues, enfocarte en otras cosas, ver otras cosas. Y, hay días en que las he escrito y simplemente las he descrito. Y no, no siento que tenga ningún beneficio también. Supongo que depende del día. Y el trabajo sobre todo repetido y a lo largo del tiempo y de los días es cuando realmente vas viendo todo el beneficio que te da.

Dannie Reeve:

O sea que ¿ es un cúmulo de ser constante? de cada día decir eso lo hago para mí, eso es un hábito que lo hago. Sí o sí, ¿es así?

Elizabet Niut :

Sí, exacto. Si lo haces de forma asidua y habitual, ves los beneficios. Porque es como que, aunque no busques que escribir, hay ideas que te vienen simplemente por el simple hecho de escribir. Además, es muy la forma en la que yo escribo que es bueno, una forma mucho más intuitiva, no, no tan organizada y estructurada, sino mucho más intuitiva, por aquí fue por donde podríamos decir un poco que empecé todo ese proceso de más de escritura que de música.

Dannie Reeve:

Vale. Y entonces me parece súper interesante lo que dices porque empezaste diciendo que eres una persona muy mental, muy racional. Y como que a raíz de ese ejercicio. Has tocado o has conectado con una parte mucho más creativa, mucho más intuitiva, como que toda la racionalidad la plasmas en el papel al principio y creas espacio para luego poder conectar con algo mucho más auténtico, que es mucho más tuyo al final. ¿Dirías que es así?

Elizabet Niut:

Exacto. Sí, sí. En resumen total. Sí, sí, hay mucho más trabajo detrás. Y ahí ya te digo, a quien le interese el tema. Le recomiendo muchísimo que se compre el libro y haga las 12 semanas porque es revelador en muchos puntos. Y es muy interesante. La suma de todo es potente. Para mí es muy potente.

Dannie Reeve:

Y al final, lo que a mí me parece bien, o sea, me parece interesante. También es que lo hiciste sin ninguna finalidad más que introspección. Sí? no, dime.

Elizabet Niut:

En este caso cuando me regalaron el libro, además, era cuando estaba mucho con la música. Entonces me interesaba mucho, para seguir creando música nueva. Entonces me llevó por otro sitio completamente distinto, sin esperarlo. De las páginas, empezaron a salir frases que además compartía en Instagram y que además de eso, pronto sacaré algo bueno que está pendiente, que aún no, no puedo

decir. Pero de eso también, pues empecé con unas frases y a raíz de esas frases, empecé a acostumbrarme a escribir. La lectura también ya es algo que me gustaba mucho, pero ponerte a escribir ya es, es otro paso, es otro otro escalón, digamos para mí. Entonces, cuando empecé a escribir, me salían las frases y empezaron a salirme como ideas de historias. Aunque parezca muy lineal, por lo que he dicho antes, no es tan así, porque al final es como que das vueltas a distintos puntos y a distintos sitios. Y luego fue cuando se me vino la idea de una historia. Empecé a escribir una historia. Y de esa historia de una escena que construí me vino la idea de la historia de ciencia ficción, que es del libro que publiqué hace un año: *En Todos Los Universos Posibles*.

O sea que es como que hubiera una inteligencia un poco más encima de ti que te hubiese hecho acceder a esas ideas porque estás en como un estado de flow al final, cuando estás escribiendo tres páginas, estás en un estado en que no ves pasar el tiempo. Y entonces la creatividad te llega así?

Elizabet Niut:

Si es así. Además, como no tienes ningún objetivo, y simplemente fluyes y escribes, conectas con tu intuición. Por ejemplo, Julia Cameron utiliza mucho las listas. Hacer listas de lo que sea. Y pone, pues, 10, 20 puntos en los que describas. Pues, ¿qué es para ti ser artista? por decir algo. Para ver, pues, cuáles son tus creencias en relación a ello? ¿Qué te está limitando? etcétera. Seguro que de una lista te van aparecer tres o cuatro ideas, pero 10, 15 o 20 no es nada fácil. O sea ahí cuando pasas el tercero o cuatro punto de ese tema, y tienes que ir a buscar mucho más, ese es el punto interesante, porque estás forzando a tu cerebro a buscar nuevas ideas, nuevas respuestas que ni te habías planteado. Entonces, cuando te pones a escribir de forma intuitiva, pasa eso, encuentras ideas que ni te habías planteado, porque al principio tu cerebro te da la respuesta más habitual o más normal que tú tienes asegurada.

Por ponerte un ejemplo. Pues yo te digo ¿que es para ti ser artista o como son los artistas?, los artistas, pues son personas muy solitarias. Las personas artistas son personas, pues que ganan poco dinero. Todo esto son creencias limitantes o que tenemos como muy negativas en la creatividad. Pues si tú de aquí, dos, tres ideas que tienes, intentas ir mucho más allá, fuerzas a tu cerebro a que busque muchas más ideas y busque más allá de alguna forma. Entonces, cuando te acostumbras a escribir de forma diaria y habitual, te van viniendo ideas que dices ostras y ¿esto de dónde viene? Y luego le puedes decir, inteligencia universal, consciencia. Le puedes poner el nombre que tú quieras. Pero yo tengo mucha esa sensación cuando escribo con los libros que estoy escribiendo, que es como luego lo releo. Y digo ¿esto de dónde me ha salido? Y eso es lo interesante de la creatividad que no me pasa a mi que le puede pasar a todo el mundo. O sea, somos seres creativos por naturaleza. La creatividad es una habilidad. Hay que trabajarla y todo el mundo puede llegar a ese punto.

Dannie Reeve:

Y bueno, porque claro, lo asocio mucho a este estado de flow. Los deportistas hablan mucho de eso también. Como que hay una fase en la cual es la fase que tú describes cuando estás forzando a tu cerebro, que es la fase de lucha un poco donde las cosas se hacen muy intensas y luego pasa como un punto en el cual esta lucha se convierte en flow en un estado de dejar que las ideas te vengan y lo estés disfrutando tanto que te vuelvas atrás y dices ostras, pues he encontrado 15 creencias. ¿Cómo pasas del estado de lucha al estado de flow en tu propia experiencia?

Elizabet Niut:

Buena pregunta. Yo creo que primero hay que soltar el control para llegar a ese estado. Además de eso, ante todo, darse el permiso de ser creativo o ser uno mismo, tienes que tener esa inquietud. Y ese silencio, ese conectar contigo mismo. Hay días y días, pero yo, en mi caso, el espacio, la tranquilidad. No sé, no me lo había preguntado nunca, no, pero yo me siento, yo me pongo, hay silencio, eso seguro estoy yo sola y empiezo a alimentar mi creatividad de muchas formas. Hay días que es con música. Hay días que es con imágenes. Hay días que conecto mucho con las sensaciones que me transmite un una escena de una película, situaciones de tu día a día, que dices de esto podría ser una historia. Podría ser algo interesante. Pero para pasar ahí al punto, ese de flow y de dejar fluir, no es soltar el control. Yo creo que el no buscar una finalidad. Otra persona te dirá otra cosa, eh? Pero yo necesito fluir. Necesito no tener ese control de: *quiero obtener ese resultado*. Y a partir de aquí, Claro, Sea lo tenga que ser.

Dannie Reeve:

Soltar ese control, esa mente racional, que al final es un poco como que has pasado de de la mente racional de la parte más masculina a conectar con la feminidad y la parte más de dejar fluir. Y has dicho algo muy importante que es, no estabas enfocada en el resultado. Tú en tu proceso, no estabas pensando, voy a escribir un libro. Entonces estabas disfrutando del proceso, que también es una parte muy femenina. Entonces, con el disfrute, pues te ha venido el libro y eso es lo mágico al final.

Elizabet Niut:

Disfruté mucho además escribiéndolo porque al escribirlo las ideas que me venían, las describía las conectaba e iba haciendo puzzles con todo. O sea, lo disfruté muchísimo. Y es cierto, pues que llegué a ese punto en que dije ostras, creo que he acabado un libro,

Dannie Reeve:

Qué fuerte!

Elizabet Niut:

O sea, yo llegué a ese punto. Y sí, sí, y o sea que mi marido me dijo: ¿y cuántas páginas llevas? Y digo, pues casi trescientas y dice ¿pero dónde vas? Fue como, ahí va. Pues eh, no sé cómo he llegado aquí. Bueno, si, si, lo sé, disfrutando y dejándome llevar y sin el objetivo, tal. Pero luego llegas al punto, un punto muy interesante que es el ¿qué hago yo con esto?

Dannie Reeve:

O sea, llegase al punto que tienes trescientas páginas y dices ostra, creo que he escrito un libro y ¿cuál fue el proceso después?

Claro, cuando dije qué hago yo con esto, pues siempre hay dos opciones. Una es esconderlo en el cajón y la otra es compartirlo. Pero para compartirlo, claro, empecé a informarme de cómo funcionaba ya todo el tema editorial, todo el tema. Hay un trabajo después del escribir, es muy importante y es largo también. No es: escribo un libro, lo público y bye, bye. Luego hay todo el proceso de corrección que hay distintos tipos de correcciones. Hay los informes de lectura que yo hice dos, hice como cinco borradores del primer manuscrito que acabé. Entonces se transformó muchísimo también el proyecto.

Dannie Reeve: Es también importante lo que dices, como que detrás del libro has tenido este proceso creativo. Pero luego, pues hay que ponerlo en marcha. Como dices, hay que hacer los borradores. Hay que llevar toda esta estructura al cabo para que tu proyecto vea la luz. Y eso es una parte mucho más masculina. Entonces, a mí me encanta eso de lo femenino masculino porque me parece que siempre es como el balance entre esas dos partes, ¿no? O sea, hablábamos al principio de que creaste espacio para tu creatividad, sacando esta parte racional, sacando tus ideas y poniéndolas en el papel. Y eso te daba más espacio para conectar con tu creatividad auténtica y con tu, digamos, sensibilidad más femenina. Pero eso solo, luego se puede hacer que un proyecto se quede estancado, ¿no? Y se queda en el cajón justamente. Pero tú has implementado esta estructura que es la parte más masculina para sacarlo adelante.

Entonces los oyentes para ponerles en contexto, eres enfermera. Tienes dos hijos. Estabas estudiando, has hecho muchas cosas. No es como que eres una autora que ya lo tiene todo. Has tenido que, pues, vencer unas creencias también para poder llevar a cabo tu proyecto. Entonces, una pregunta que tengo a raíz de lo que dijiste antes, ¿qué ha hecho que no dejases el libro en el cajón y que decidieras sacarlo adelante?

Elizabet Niut:

Muy buena pregunta. Supongo que el hecho de compartir lo que haces. Como te decía ya venía de la música y escribía canciones. Siempre son ideas de emociones, sensaciones de uno mismo, que plasmas en un papel, ya sea con un lienzo, ya sea con lo que sea a nivel creativo. Y con la música, pues, ya había pasado también por ese punto de ¿qué hago con eso que he creado? Y el punto de compartirlo, es cuando aprendes de verdad con la visión y con el feedback de los demás es cuando recibes ese aprendizaje y esa visión que va más allá de ti misma, que es una visión muy cerrada o muy tuya, que se hace pequeña. Entonces, claro que puedes guardarlo en un cajón y olvidarte, entre comillas, no te olvidas del todo, pero cuando lo compartes al mundo, es cuando tiene sentido.

Y cuando recibes ese feedback de la gente, es cuando puedes seguir mejorando en aquello que has creado. Entonces, ya cuando llegué a ese punto de decir, tengo un libro que hago con él y dije pues hay que compartirlo, lo hice ya con esa intención de bueno, pues vamos aprender sobre esto que he hecho. Y vamos a mejorarlo. O sea, es el primer libro, estoy escribiendo la segunda parte porque es una bi-logía y mi intención es que esta segunda parte sea mejor que la primera y que el tercer libro que saque, pues sea mejor que el segundo. Pero eso siempre desde el aprendizaje de la gente que sabe, tienes que rodearte de gente que sabe para aprender primero, no sabes, primero hay que estar con todo los sentidos abiertos para absorber todo lo que puedas. Y luego jugar y jugar mucho, pasarte lo bien y disfrutar que la creatividad es eso como decías, hay esa parte femenina que es creación, conexión, pero luego necesitas esa parte masculina de decir pues vamos allá y y lo movemos y y accionamos y he aprendido mucho en ese punto. Yo ahora con este segundo ya sé donde voy y ya sé que quiero y como lo quiero. De este segundo, voy aprender cosas nuevas que en el tercero serán mejores.

Animaría, cualquiera que esté creando lo que sea, cualquier proyecto creativo, hay que mostrarlo. Y hay que sacar esos miedos, la creatividad, esconder lo que creamos al final son miedos vergüenzas que hay que pasar por ahí.

Dannie Reeve:

Me gusta mucho lo que dices y hay dos puntos ahí, que se destacan uno es, has ido más allá de ti. Has sido más allá de, digamos, el ego, que se escondería que diría no me puedo equivocar. Y lo has

usado como algo más allá de ti para que puedas aprender y mejorar. Entonces hay muchas personas que hablan de cuando disfrutas de algo o cuando creas algo para un bien mayor, como que las barreras ya se hacen menores. No quiero decir que no haya barreras porque habrás tenido barreras también en tu proceso.

Dannie Reeve:

Sí. Entonces es algo que me parece muy importante destacar: como ir más allá de ti y al mismo tiempo, lo que has resaltado es que compartir y mostrarte puede ser un acto de humildad también, porque muchos pensamos ay, pues si te muestras y si compartes pues, no está siendo muy humilde. Está siendo muy despampanante, pero en realidad podría ser el revés que alguien que hace algo que puede servir al mundo y no lo comparte, puede ser una falsa humildad también, verdad?

Elizabet Niut:

Puede, Sí, sí, porque además en mi caso, siempre hablo de mi, es muy incómodo. Estás en total incomodidad y la zona de confort, la has dejado atrás. Entonces es como, bueno, no sé qué hay detrás de enseñar y mostrar y compartir lo que estás haciendo. No lo sabes hasta que lo haces no. Y entonces es bueno, es todo un trabajo.

Dannie Reeve:

Sí. Y eso me gusta mucho lo que has dicho de la incomodidad porque escuchar hace poco que la verdadera expresión auténtica es estar cómodo con la incomodidad es permitirte estar incómodo con lo que haces y crecer y aprender. Entonces, me parece de que tu historia nos muestra eso no porque habrás pasado por unos altos y bajos también, unos momentos de duda. Seguro que de la gente que nos escucha, algunas personas, pues tienen proyectos en el cajón. Y están pasando por dudas y tener tu ejemplo de decir no es que tengas más tiempo o tengas más recursos, simplemente te has dado los medios de hacerlo. Y luego te has dado los medios de ponerlo ahí en el mundo.

Entonces ahora vamos a hablar de tu libro, no porque es tu proyecto. Y bueno, es un gran libro, es un libro de ciencia ficción donde hay mucho aprendizaje de hecho, y para que los oyentes pues sepan un poco, voy a leer el resumen del libro:

*Anaris es una chica que se encuentra en plena crisis existencial. El insomnio que sufre la empuja a buscar soluciones poco convencionales que acaban activando capacidades ocultas que la obligan a iniciar un viaje sin retorno. Esto la lleva a poder recuperar partes perdidas de su historia adentrándose así en el fascinante mundo de la física cuántica y los multi versos. Esta es una historia donde el amor traspasa límites y realidades donde las almas que resuenan experimentan encuentros y aprendizajes que van mucho más allá del espacio tiempo y donde recordar se convierte en el objetivo principal para finalmente poder coger las riendas de su propia vida.*

Entonces os digo a mí, me ha encantado este libro porque es un libro de ciencia ficción donde también aprendes mucho sobre las emociones porque la protagonista es una chica que está en plena crisis, existencia, verdad? Y y eso la lleva a que la vida la lleve a caminos muy incómodos para poder encontrarse sí,

Elizabet Niut :

Exacto. La protagonista se encuentra dentro del meollo para decirlo de alguna forma, sin buscarlo y sin bueno, sin esperarlo. No es como, como la vida misma, a veces es como pam, ahora te encuentras con esto y ¿qué haces? Tienes que espabilar. Entonces, dentro de la ciencia ficción,, es un poco como el famoso viaje del héroe, como empezar, pues desde el punto de más crisis, a entender y comprender mucho más y poder empezar recordando empezar de nuevo, desde un punto ya muy distinto, es como la evolución misma del personaje en sí con una historia de amor por medio con viajes a distintas realidades, como has dicho. Y yo, me lo he pasado muy bien, disfruté mucho escribiéndolo la verdad.

Dannie Reeve:

Y se nota porque la verdad es que la historia como que te engancha. Y lo que me gustó porque podemos decir es que sueña y se va a distintas realidades. Y en cada realidad encuentra una diferente versión de sí misma, verdad? Como que ahí estás implementando el concepto de la sombra. Podrías elaborar más sobre lo que te ha llevado a llevarla a todos estos diferentes mundos y que has aprendido de ella a través de su viaje también?

Me acuerdo que estaba escribiendo y era como ostras, hacerse consciente, de las decisiones que vamos tomando día a día, incluso las más sutiles. Parece que cuando hablamos de decisiones, tengan que ser las más importantes. En cada instante estamos decidiendo. Y ya sí, entramos en temas de cerebro. El cerebro ha decidido antes de que tú seas consciente, etcétera. Bueno, que este mundo también me encanta. Entonces será como, vale, pequeñas decisiones que ya te van moviendo sin casi ser perceptible o consciente, pero que te van dando como resultados. Y la suma de todas esas decisiones va creando como bifurcaciones distintas. Yo lo veía como, o lo imaginaba como si fueran raíces de árboles. Y todas esas decisiones van creando eso como resultados y bifurcaciones distintas. Y me imaginaba cada realidad, evidentemente, por ser la historia que es la duración que tiene y no puedes hacer 20 o 30 realidades ni mucho menos, porque para entrar en profundidad tienes que describir bien y al final, pues prefería que fueran poquitas y bien descritas que no muchas. Pero la idea par mi era como que cada realidad es una bifurcación de esa decisión, de esas pequeñas decisiones del día a día y y unas realidades eran o son más alejadas de de ella, mucho más como, bueno, como realidades que no acabas de conectar porque las ves como muy distintas a ti y y otras más parecidas o mucho más similares. Porque las bifurcaciones quizás no son tan exageradas. Entonces era más la idea principal o mi imaginación me llevaba por aquí, para crear la historia y todas estas realidades de alguna forma.

Y yo que iba escribiendo pues evidentemente partes de mí están allí porque no puedes diferenciarte de lo que creas. Yo creo que eso es imposible. Entonces partes de mí están allí y he aprendido muchísimo del personaje, viéndolo desde fuera. He aprendido muchísimo como Anaris es una parte de mi allí en distintas versiones, al igual que muchos personajes también

Dannie Reeve: Lo que estás diciendo es que hay partes tuyas de este personaje que que has plasmado también en las historias. Entonces, por ejemplo, corrígeme si me equivoco, pero me parece que Anaris cuando está en su crisis existencial es una chica como que dice si a todo el mundo como que tiene un ego muy diluido, no? Es así la Anaris del mundo de origen?

Elizabet Niut:

Sí, sí, es muy mental, tiene muy poca sociabilidad, le cuesta mucho, no elegir y saber hacia dónde ir, esta muy perdida. Yo creo que todos, todos pasamos por aquí en algún momento de nuestra vida, estar perdido, no saber hacia dónde ir y bueno, y que y que la vida pues te ponga adelante. Pues una situación en su caso viaja en otras realidades y descubre partes de ella interesantes



Dannie Reeve:

Y recursos. La llevas a situaciones incómodas que la llevan a tener que sacar recurso y a mostrar facetas como más contundentes, por ejemplo, o facetas más comunicativas. Realmente es algo que me ha gustado mucho porque has sumado lo que aprendimos en la Bioneuroemoción o también a través de la física cuántica y de cosas que, como tú dices, te gustan mucho todo esos temas, y has sabido unirlos.

Entonces, realmente el lector puede aprender mucho de sí mismo a través de la historia de Anaris. Todos podemos aprender. Entonces me parece super interesante, como que este personaje también es un poco el viaje que ha hecho ella dirías que es el viaje que tú hiciste a través de esos últimos cinco años?

Elizabet Niut

Quizás en parte estoy releendo esta primera parte porque ha acabado el borrador de la segunda. Entonces, para ser coherente, estoy releendo para que no me deje nada. No es todo un una unión de puzzles muy complejo y muy divertido también. Y aparte de que cambiaría ya muchas cosas, cosa que me motiva mucho, porque para mí es como la sensación de ostras. Mira, has aprendido cosas nuevas, sabes, ya si ha modificarías es que ya ya has aprendido otras cosas, no para hacerlo aún mejor, no. Entonces, aparte de eso, yo creo que en parte sí, pero en parte, claro, yo es que, como mi objetivo del libro, primero, no era hacer un libro. Y segundo, no era enseñar a nadie. O sea, era vale, disfrutar creando la historia, que es lo que hice y poner ahí conocimientos, evidentemente, y aprendizajes míos. Pues de mi, tanto de la Bioneuroemoción como del coaching, como de mi vida en general. Entonces era más enfocado a una historia que pudiera disfrutar la gente al leerla. Y después me ha venido eso, no gente que la ha leído de que me ha dicho eso mismo: he aprendido mucho. Sí que es cierto que hay puntos en el libro que hablo, pues. Anaris habla no de una forma de aprendizajes míos, del cerebro de la percepción, de cosas muy interesantes que a mí me gustan. Entonces no era el objetivo enseñar a nadie.

Entonces es nuevo cuando me dicen que han aprendido mucho, digo que guay. Hay partes que sí, que son parte de mi aprendizaje, pero en otras, evidentemente, no soy nada consciente. Es como lo escribí, lo plasmé y punto y se quedó y está allí.

Dannie Reeve:

Sí, tiene mucho sentido lo que dices aparte, realza lo que dices que es que realmente disfrutaste del viaje y por eso salió como salió porque no había ninguna finalidad. Y ahora me doy cuenta, cuando estoy haciendo esta pregunta que te hice, era un poco una cuestión de control. Estaba como, bueno, claro, entonces tiene que haber entre Anaris y Beth, tiene que haber una una similitudes tiene que hablar de su viaje a ella también.

Elizabet Niut:

Sí que es cierto que la creatividad es esa introspección y sale de dentro. Por lo tanto, hay parte de mí, eso es inevitable. Y al final, todo lo que proyectamos habla de nosotros y eso, eso es así no? Pero para ser consciente de la historia, no lo soy, la verdad. Hay gran parte ya te digo de mucho disfruto y de ideas que vienen que plasmas en un papel y que no juzgas y las conecta con una historia y ya lo que decías optar por dejar el control y fluir la creatividad y a veces no analizarla mucho.

Dannie Reeve:

La verdad es que el libro lo disfruté. Realmente recomiendo a las personas que nos escuchen, si no lo han leído, que lo lean porque la verdad es un viaje que se disfruta donde hay, mucha profundidad, mucho contenido y mucho aprendizaje. Así que si os gusta y la gente que nos escucha es gente que les gusta el tema de la introspección de las emociones, seguramente de la física cuántica. Entonces es un libro top para eso. Sí. Y bueno, lo que nos estás enseñando también es eso me parece que tu mensaje es muy inspirador porque eres una persona que se ha dejado conectar con su disfrute y luego ha sabido ir más allá de sí misma, para poder compartir eso con el mundo.

Yo creo que es algo, eso es un mensaje que va a ser muy importante para la gente que nos escucha y bueno, eres multi facética, no? Es artista porque además no os he dicho pero canta genial. Has estudiado desde que nos conocemos, has hecho un máster en coaching. Haces muchas cosas. Y pienso: No sé dónde esta mujer saca tanto tiempo. Y tienes dos hijos eso para que la gente que luego los escucha y dice bueno, está muy bien, pero yo tengo esto tal tal y no puedo hacer todo esto os digo Elizabeth es el ejemplo de que sí se puede hacer. Entonces también a través de eso te has dado cuenta de que una de tus fortalezas es, gestionar bien el tiempo para poder crear proyectos. Y eres coach en gestión de tiempo y creativities es así?

Elizabeth Niut:

sí, sí. Yo, lo que hago es sumar experiencias. Creo que hemos venido aquí a sumar experiencias y me gusta seguir lo que siento, conectar con lo que siento en el momento y buscar salidas, soluciones, buscar de qué forma puede expresar eso? De qué forma puedo construir algo nuevo? Soy muy inquieta, no? Y es como la creatividad me ha dado esas distintas salidas. Me da formas de expresión creativa, que da igual si es escribiendo con lo que sea. Entonces sí, hago muchas cosas y una de ellas pues aparte de además de ser enfermera, pues en un máster en coaching, tengo máster en Bioneuroemoción y ahora la última locura que me ha venido es que estoy estudiando asignaturas aleatorias del grado de criminología porque me gustaría escribir en un futuro algún thriller.

Yo sé que la gente normal no hace eso, pero a mí me vienen ideas. Y digo, pues voy a probarlo. Pues me sacó una asignatura y a ver qué aprendo, no? Y es muy interesante seguir caminos que no estás acostumbrado a seguir porque te dan una riqueza increíble. Si escribo algo, me gusta escribir con propiedad y me gusta al menos intentar hacerlo con la máxima. Bueno, no perfección, porque el perfeccionismo muchas veces es un problema también, pero en el sentido, no de hablar con propiedad, escribir. Y entonces dije, pues me gustaría escribir algo de thriller o algo en un futuro. Y cuando me venga la idea de la historia, estar preparada, ya.

Dannie Reeve:

Me gusta tu forma de pensar y estoy pensando en los oyentes y ¿qué podrían decir en plan? Pero dónde encuentra el tiempo para hacer todo eso? Porque yo tengo tal y tal ... y ¿cuando encuentra el tiempo ella?, entonces, ¿dónde y cómo?

Elizabeth Niut:

El tiempo no se saca. No es como te dicen, pero dónde sacas el tiempo? No se saca. El tiempo está y tú eliges a que lo dedicas. Yo entiendo, hay obligaciones, hay responsabilidades, hay muchas cosas, pero detrás del no tengo tiempo, hay mucho más que no tengo tiempo. tener tiempo para ti implica muchas cosas. A veces implica, bueno, implica soledad y silencio, y eso es muy incómodo. Si no estás acostumbrado, implica también decir que no a cosas para decir que sí a ti mismo, implica también dejar

de enfocarte afuera y conectar con tus estados internos, porque para escucharte, pues hay que buscar esos momentos implica también quizás conflictos con tu entorno porque empiezas a buscar y a sacar tiempo para ti. Entonces, no tengo tiempo, abarca muchas cosas más que el no tengo tiempo y la gestión del tiempo. Pues sí, creo que es algo que se me da bien, porque al final no es que dedique muchas horas. Tenemos el concepto de que necesitamos mucho tiempo y muchas horas para finalizar proyectos creativos. Y no es verdad.

Otra cosa es que tú en tu mente, quieras sacar un libro en tres meses. Eso implica mucho trabajo seguramente y muchas horas sí que es cierto. Y quizás te va a ser más complicado, pero si disfrutas de proceso y te das tiempo, te das espacios, puedes sorprenderte del trabajo que puedes hacer en una hora, mucho trabajo. Y la atención en estar puesto en lo que haces no, bueno, hay mucho, hay mucho y muy interesante en el en el concepto tiempo hay muchas creencias que nos hacen más daño que que bien, a veces, y responsabilizamos a todo a las obligaciones, a las responsabilidades a y al final hay que responsabilizarse. Y tú que eliges? elijo muchos momentos en el que elijo estar conmigo y crear y disfrutar.

Dannie Reeve:

lo que escucho en lo que dices también es el enfoque. Es el tiempo bien enfocado estar ahí presente en este momento. Entonces, para eso, para la gente que nos escucha, cómo haces para tener este enfoque, cuáles son las cosas que tienes que quitar para tener este enfoque en ti en este tiempo, aunque sea 20 minutos al día.

Elizabet Niut:

Pues simplemente me pongo sin excusas. Y no quiere decir que cada día sea productiva, eh? O que cada día tenga resultados con lo que hago. hay veces que me pongo 10 minutos a escribir y me cuesta horrores. Tengo más cosas en la cabeza. Y pero luego os salgo a correr o salgo a hacer algo que no implica ese trabajo de pararte y pensar. hay que ser flexible, una mente creativa es flexible, es una mente abierta, es una mente adaptativa. y hay que trabajar para ello. Entonces tendrás días más o menos creativos. Y eso es así. Entonces yo, cuando me pongo me pongo y hay días que me va mejor y hay días que no, pero insisto y sigo allí. La motivación, está muy sobre valorada porque no estamos motivados todo el tiempo, por Dios, es imposible. O sea, es imposible. Y eso cuando lo entiendes, dices bueno, pues qué quiero yo que me gusta hacer? Pues me pongo y es como hacer deporte. No te apetece siempre hacer deporte o sea, es al contrario,

Dannie Reeve

Sí, ahí está, hay este componente de compromiso, de tener compromiso contigo con tu proyecto y de decir eso lo voy a hacer. No todos los días va a ser fácil, pero le voy a dedicar este tiempo. Eso es lo que me estás diciendo. Aunque sean 10 minutos, aunque sean 20 minutos, no sé donde lo escuché, pero si haces un poco cada día y te comprometes a un hábito cada día. Pues entonces eso como que suma no, y te das la vuelta en dos años y te llega algo grande, como como tu libro, tu libro fueron dos años.

Elizabet Niut:

Exacto, tuve un proceso de dos años, 2 años escribiendo sin ninguna intención ni nada. Y está segunda parte, tengo el primer borrador y he tardado casi un año o un año. Claro.

O sea, he ido haciendo haciendo. Podrís haberlo escrito con menos tiempo. Claro, seguro, pero prefiero calidad y disfrutarlo. Y hay épocas y momentos de todo. Este primer borrador, los primeros capítulos me acuerdo que los describí en un tirón. Tenía clarísimo lo que quería escribir y los escribí muy rápido y hay algunos que me han costado más, he tenido que buscar más información. He tardado más, pero sin perder el objetivo, que es el finalizarlo. Y tienes gente que te dice quiero la segunda parte, no quiero leerlo ya es muy gratificante. Ese feedback que dices otras por mí misma? Pues quizás diría, bueno, vale, ya está. En sentido de la motivación que te decía antes, sí. Y a veces no tienes ganas, no, no estás en un buen momento. No te apetece o te apetece a hacer otras cosas. Pero cuando tienes gente ahí que lo recibe con ganas, es muy, muy gratificante. Es, es el compartir

Dannie Reeve:

Sí, hay un mix de motivación interna y motivación externa, como que la constancia interna, pero también como humanos. Pues necesitamos de un ambiente, de un soporte de gente que nos vaya alentando también. Y claro, el feedback está y en tu caso, pues estamos esperando la segunda parte y recibes muy buen feedback. Y creo, que eso tiene que ver con cómo las has disfrutado, todo este proceso creativo que has tenido yo creo que es súper inspirador.

Elizabet Niut:

Qué bien

Dannie Reeve:

Realmente, o sea, yo creo que los oyentes aquí nos demos cuenta de que tener lo que tú decías - lo que he escuchado - es, por un lado, tener esta constancia y por otro lado, tener esta compasión con uno mismo: no todos los días, voy a tener grandes ideas, voy a tener bloqueos va a ser incómodo porque lo va a ser. Pero la diferencia es el compromiso que tengo conmigo misma.

Elizabet Niut:

Exacto. Cuando encuentras algo que te apasiona o algo que te da vida, hay que seguir por ahí. No es como un hilo invisible porque no sabes que haya más allá.

Dannie Reeve:

Sabes que hay gente que dice no tengo nada que me apasione, no? Y lo que me gustó del libro de Julia Cameron, a ver, no lo he leído, pero he hecho ejercicios. Sí. Y lo que me gusta es el enfoque que pone en el niño interior o en la niña interna. O sea, te dice de hacer citas con tu niña o tu niño interno y y ir viendo lo que te gustaba de niño.

Elizabet Niut:

Lo llama las citas del artista. Y ese conectar con el niño interior con el jugar, el permitirte jugar, que es lo que cuando llegamos a la adultez, dejamos como más apartado. Y muchas veces, pues la diversión, el jugar queda como relegado a eso es de niños, eso es para otros, somos adultos. tenemos que ser responsables y como nos vamos a poner a jugar, y a divertirnos. Entonces la creatividad es de ese punto de conexión con tu niña interior y disfrutar básicamente yo sí que li había hecho en algún punto. Y pues dibujaba o pintaba o hacía algo que habitualmente, claro, yo ya estaba mucho con la música. Entonces

para mi yo ya jugaba con mi guitarra, no? Y pero lo bueno que tiene Julia Cameron es que te hace ir por sitios que hace tiempo que no vas y me compré unos patines y me fui a patinar con mis hijos. Entonces era como yo había patinado de pequeña. Y pues venga, pues vamos a patinar y a recuperar, aunque casi ni te acuerdes y encuentras como momentos tuyos de decir venga, pues vamos a hacer algo nuevo y distinto.

Dannie Reeve:

Sí. Y eso te puede llevar a conectar más con... lo que lo que te trae. Ah, la palabra en inglés es joy. Y cuando disfrutas, estás más conectado con tu creatividad también. Y con lo que te gusta.

Elizabet Niut:

Sí, porque te relajas. Sí, sueltas. Sí. El cerebro se lo pasa bien. Y si se lo pasa bien, aún aprende más y aún está más relajado. Por ejemplo, las mejores ideas a mí muchas veces no me vienen mientras estoy escribiendo muchas veces sí, a nivel el intuitivo y me sigo y tal. Pero otras vienen mientras estoy conduciendo, o me voy a caminar o a correr, de repente te viene una idea y dices si va, vamos a llevar a cabo eso. Y lo bueno es que no me vengan solo a mí. Esto le viene a todo el mundo. El tema, la diferencia, yo creo, está en el punto de no no sacar la importancia o no dejarlo como, vaya tontería es cogerlo y decir oye, me ha venido esta idea y de algún sitio habrá venido? No? Entonces vamos a a ver qué pasa.

Dannie Reeve:

Pues a estudiar criminología!

Elizabet Niut:

Sí, eso me vino así. Le dije a mi marido, oye, es una locura, es muy locura, si me pongo a estudiar para escribir en un futuro un thriller? Y me dice, pues sí, y digo, pues voy a hacerlo. Y digo, pues mira, no sé dónde me va a llevar, no tengo ni idea. Vamos a ver,, esa es la emoción de experimentar, no? Por eso digo, somos una suma de experiencias y hay que probar y las ideas que te vienen a veces por muy locas que parezcan. Pues oye, ¿por qué no? los límites nos los ponemos nosotros mismos. Es una frase típica conocimiento y auto crecimiento actual. Pero es que es verdad si.

Dannie Reeve:

Sabes que lo que me conecta cuando hablas de eso también, es decir, cuando haces esto, cuando dices voy a probar es un poco la actitud del niño otra vez también.

Elizabet Niut:

Mente inocente total. O sea de decir el adulto diría estás loca, no? Además no te va a llevar a ningún sitio. O sea, además, no te va a dar nada. Claro. Yo ahora la poca experiencia que llevo en el caso del estudio del grado de criminología es que estoy estudiando cosas que no estoy acostumbrada. Estudié enfermería, luego me volqué, mucho en el tema de emociones. Y ahora estoy estudiando la ciencia del delito y la ciencia política. Mi cerebro lo leía y decía es que, ¿qué hago? o sea, no estoy entendiendo ni la mitad, pero llega un punto que algo cambia. Estás creando nuevas conexiones en tus neuronas. Estás creando nuevos caminos y nuevas formas de entender y de ver. Y luego lo unes con todo lo que has

aprendido y tiene un significado muy interesante. Y luego cuando escribo, pues también me da una riqueza a la hora de escribir mucho mayor. Y como te decía pues, con más autoridad y propiedad. Entonces, para mí, eso ya es positivo. Pues vamos a seguir por aquí. Hay que escucharse. Cuando vienen ideas, no sabes de dónde ni para qué hay que, por qué no tomarlas en cuenta y a ver que pasa. ¿y qué es lo peor que puede pasar? Has aprendido. Ahora a por otra cosa.

Dannie Reeve:

Exacto. Y me viene también eso de la curiosidad, de tener curiosidad en la vida. De hecho, me parece que es Claire a quien entrevisté y es algo que dijo: lo importante de tener curiosidad porque eso te lleva a preguntar preguntas más inteligentes que te llevarán a ver otras perspectivas, no? Entonces, realmente es lo que que no has explicado aquí.

Elizabet Niut:

Sí, sí, sí, totalmente curiosidad, inocencia. Disfrutar.

Dannie Reeve:

El niño puede ayudarte a encontrar tu pasión porque mucha gente es como: la pasión es una gran palabra. y mucha gente se queda bloqueada con el término pasión.

Elizabet Niut:

Y la pasión y propósito y todo eso, y muchas cosas muy grandes que parece que tenemos que saberlo ya todo y saber por dónde vamos. No hace falta, no pasa nada, disfruta y aprende y te va llevando. Lo que decías a principios si te hubieran dicho que hubieras escrito un libro, pues habría flipado, pero si te dejas llevar, te vas sorprendiendo hacia donde puedes llegar. Y ¿no hay propósito? Pues no hay propósito. Pero en tu día a día sé lo más coherente posible escuchar las pequeñas cosas. No hace falta abarcar mucho porque cuando abarcas mucho, el cerebro se bloquea y bueno, quizás no tienes una pasión concreta, pero seguro que hay cosas pequeñas en tu día a día que te emocionan o que te hacen sonreír. Pues síguelas Y a ver dónde te lleva eso que te gusta o te hace sonreír o te hace sentir bien en ese instante o ese momento. Intenta crear más instantes como ese. Intenta aumentarlos en tu vida y a ver donde te lleva.

Dannie Reeve:

O sea, yo creo que con todo lo que nos has dicho, también está el conectar con este niño sin censurarlo, pero también llevar a cabo la estructura del, digamos del padre, para llevar a cabo el proyecto.

Elizabet Niut:

Claro, la creatividad puede ser una locura. Los artistas nos perdemos mucho también, eh? Nos perdemos mucho en nuestros mundos imaginarios. Eso es verdad. Y luego hay que bajar a la tierra. Y hay una casa, hay una familia, hay, claro, hay un trabajo, evidentemente, hay que encontrar ese equilibrio. Hay que encontrar ese equilibrio de poder tener momentos para todo y responsabilizarse cuando toca, evidentemente. Y cuando quieres fluir, fluir.

Dannie Reeve:

Claro, sí, sí. O sea, las personas que conozco quienes abarcan mucho, estás tú, y pienso en otra amiga que tiene cuatro hijos y es una máquina también. Sabes de quién hablo que digo ¿cómo lo hace? Creo que es eso, es este punto de flexibilidad, de saber priorizar lo que es importante para ti. Y eso te da más energía para luego poder estar presente en los momentos donde tienes que estar presente con las personas y contigo misma. Para la gente que diga vale, pues yo quiero darle más espacio a este niño. Quiero darle más espacio a esta creatividad. Hemos hablado de saber priorizar, de estar coherente con lo que quieres. Quizás eso significa, pues, decir que no. Hay ciertas obligaciones que realmente son obligaciones. Si, por ejemplo, tenéis hijos, pues tenéis que pasar tiempo con ellos y darles de comer. Y eso es una obligación. Pero por ejemplo, la amiga que no para de llamarte para contarte sus penas o la suegra o la madre que hace lo mismo. ¿No sé si tienes ejemplos?

Elizabeth Niut:

Esas cosas que crees que solo puedes hacer tú porque solo tú las haces bien, entonces implica también pedir ayuda. Claro, implica delegar, delegar, claro. Si tú empiezas a delegar y a pedir ayuda cuando, quizás eres una persona que abarca muchísimo y que se hyperresponsabiliza, pues cada vez, tendrás menos tiempo para ti. Pero, es porque crees que solo puedes hacerlo, tú. Pero si empiezas a delegar y a pedir ayuda, pues te puedes sorprender los espacios que puedes encontrar para ti y para tus proyectos creativos o para tus momentos de creatividad.

Dannie Reeve:

Y también, saber decir que no y aprender a estar cómodo con la incomodidad que eso genera y el conflicto que eso puede generar.

Elizabeth Niut:

claro que, por ejemplo, pues porque no estamos solos.

Dannie Reeve:

Claro están acostumbradas a apoyarse en ti o en lo que sea. Entonces, todo eso es este ponerse en coherencia, que es algo que me parece que has tenido que hacer a lo largo de esos años para luego encontrarte con tu propio proyecto. Me parece una buena forma de cerrar esta conversación contigo porque yo podría estar horas hablando contigo, ya sabes, pero ya también quiero respetar tu tiempo. Y antes de que te haga una última pregunta, me gustaría saber ¿dónde pueden conectar contigo los oyentes? Tienes el libro que hemos hablado, que ir a comprarlo porque es muy bueno. Y luego coach y también eres acompañante en Bioneuroemción, ¿verdad?

Elizabeth Niut:

Exacto.

Dannie Reeve

Entonces, ¿dónde podemos conectar contigo?

Elizabeth Niut

Muy fácil a través de Instagram? Tengo una página at Elizabet Niut sin H: Elizabetniut - En el perfil están todos los enlaces tanto para pedir sesiones como para comprar libros. O sea, también hay otro podcast, lo que pasa es que es en catalán, pero es un podcast de radio roda de de aquí de cerca de donde vivo y donde hablamos también de creatividad. Y esos son los enlaces. Y además pronto voy a sacar otro libro. Es de, es de no ficción. Y está muy relacionado con el tema de las páginas matutinas que decía al principio, de muchas frases que me salieron y que compartí por Instagram, pues las he unido todas en un mini libro. No sé cuando salga el podcast si estará a la venta o no, pero bueno, si me seguís por Instagram, podréis estar al día de lo que voy compartiendo. Y también voy a ir compartiendo vídeos y un poquito hablando sobre el tema de la gestión del tiempo, enfocando en la creatividad.

Dannie Reeve:

Muchas gracias. Y ya pondremos también todos los enlaces en en debajo en los show notes. No sé cómo se dice eso en castellano.

Elizabet:

En la descripción

Dannie Reeve:

Sí, en la descripción del podcast ya pondremos todos los enlaces para que la gente pueda conectar contigo.

Elizabet Niut:

Vale, pues Que para mí ha sido un placer

Dannie Reeve:

Espera que tengo una última pregunta para ti, antes de que nos despedamos. Es una pregunta un poquito más creativa.

Han pasado muchos años. Has desarrollado tu creatividad al máximo. Has publicado muchos libros y has vivido una vida llena de oportunidades. Y es tu último día en el planeta tierra.

Elizabet Niut:

Vaya, vale.

Dannie Reeve:

Y es el momento en que tu alma está separándose de tu cuerpo. Encuentras a un ser cuyo papel es guiar a las nuevas almas que van a dar un salto al vacío en este viaje que llamamos vida. Y entonces este ser te pregunta ¿cuáles son tres verdades que has aprendido en tu propio viaje y que me puedes compartir para que se las comunique a las nuevas almas que están por dar el gran salto?

Elizabet Niut:



Vamos A jugar. A ver, disfruta que disfruten. La vida no es tan seria, no la cojan tan en serio. Pasatelo bien, básicamente. Suma muchas experiencias. Eso enriquece muchísimo. No te cierres a nada y cuestionalo todo diría, o sea, es como, nada es verdad, y todo lo es. Aprende de todas las visiones y escucha todas las versiones y luego luego haz la tuya si quieres. Pero pero ábrete.

¡Muy bien, ábrete! muy grandes verdades que todos recibimos. Todas las personas aquí las han recibido. Te agradezco muchísimo Elizabet por haber estado con nosotros. Ha sido un verdadero placer, muchas gracias.

Elizabet Niut

El placer es mío, me lo pasé muy bien, ya repetiremos.

Dannie Reeve:

Sí, seguro. Yo también me lo he pasado muy bien, y muchas gracias a todos por escucharnos. Ya nos vemos en la próxima.