

11 PROCESANDO Y YENDO INCONSCIENTE

Es muy común, que según las personas comienzan a entender este trabajo, salten de tener claridad a volver a las creencias antiguas. Esto se espera según uno aprende un lenguaje conceptual nuevo y una nueva manera de pensar. Richard no fue una excepción de esta regla.

" Todavía no ,lo comprendo bien, pero estoy comenzando a darme cuenta que fácil es caer en mis pensamientos antiguos, y no me hace sentir muy bien," Richard dijo frustrado con él mismo.

"Yo no estoy seguro de que es lo que quieres decir", repliqué.

"Hace una hora , yo entendí la idea de que la sanación y la responsabilidad son ' un trabajo interior'. Entonces estaba muy claro para mi," el contestó. "Ahora he vuelto a mi hostilidad de antes, mi cinismo y el culpar. Siento haber sido tan agresivo contigo, michael."

Padres `no pero significativo t A mi me parece que tiene esta habilidad nadiendo `ado

"?Puedo ofrecerte un pensamiento distinto, Richard?" Él movió su cabeza asintiendo"

"Las personas que dicen lo sienten muchas veces generalmente terminan siendo personas afligidas. En este trabajo nosotros tenemos una alternativa a eso. Si tu quieres excusarte, hazlo, pero quita la idea de estar afligido.. Sustitúyelo con una declaración de lo que intentas hacer si esa situación sucede en el futuro."

"Me estoy sintiendo un poco perdido. Es como si estuviera de nuevo donde comenze. Me siento listo para saltar de nuevo completamente en la culpa, y no entiendo como Perdí el nivel de discernimiento que tenía. Yo no tengo la menor idea de lo que quieres decir cuando sugeriste que no usara lo siento."

"Es natural en esta etapa, con dos sistemas de creencia luchando por tu atención, que osciles en tu claridad. Tu lo estas haciendo muy bien en eso. La alternativa a 'lo siento' seria algo como 'pido disculpas por dirigir mi hostilidad hacia ti, yo voy a respirar y trabajar en tomar responsabilidad por mi disgusto."

Richard tomó una respiración profunda y dejó ir una exhalación larga." ; Yo me comprometo a ser responsable por mis sentimientos y respirar en lugar de atacar! ; Esto es tan simple! ¿ por qué no se me ocurrió antes?"

"Practica. Todas estas herramientas son simples, lo que hay que hacer es simplemente entrenar nuestras mentes a pensar distinto. En el sistema de pensamiento Arameo, este asunto se refirió con la siguiente oración 'seremos transformados por la renovación de nuestras mentes."

Yo lo reconocí y le aseguré que él iba muy bien y que, según él practicara usando las herramientas, le iba a ser más fácil agarrarse a su nueva estructura de pensamiento cuando los patrones viejos se entrometieran. "Cuando tu te das cuenta o te haces consciente de tu conducta y de las inclinaciones que vienen de tu estructura de realidad interna, tu has dado un salto gigantesco. Usualmente toma mucho tiempo antes que alguien pueda ver las inconsistencias en sus pensamientos, palabras y conducta. Nosotros llamamos a la pérdida de consciencia de nuestro proceso interno 'ponerse Inconsciente. Darse cuenta de que uno está haciendo eso es desarrollar una destreza Maravillosa."

"Ve-r-d-a-d, " Richard se quejó.

"Te doy mi palabra, "Le aseguré alentándolo. El descubrirse uno mismo es una buena, algo honesto. Además de la frustración de sentirse que estaba retrocediendo a patrones viejos de pensamiento, él también tenía veinte preguntas pidiendo que se le contestaran -- todas a la vez.

Esto pasa cuando las personas se van envolviendo más en este es estudio. Resulta Difícil mantener los asuntos y las intuiciones en orden. Estar dando vueltas a alrededor de las preguntas es casi inevitable.

"Este trabajo, con su síntesis en tantas disciplinas, aporta una información tan vasta que no se puede digerir en una sentada! Hay que tener paciencia para construir las células cerebrales e integrar esas disciplinas para que las herramientas estén completamente disponibles funcionales. Hay un patrón intrincado de conexiones internas que uno necesita observar de afuera para verlo. Según tu haces tu trabajo y té sientas con las intuiciones que vienen, tu veras como toda la vida está sincronizada. Puede ser que quieras volver a leer el primer capítulo de Las Profecías Celestinas, le Sugerí Richard todavía lucia algo aturdido, y de nuevo, estaba aguantando la Respiración."

"Sigue respirando, la sanación luce como esto. Cuando la basura vieja aflora no es divertido, pero entresacando lo que viene, en la presencia del Amor , es lo que lo aclara. ¿Tú recuerdas haber sentido esta falta de claridad anteriormente?" le pregunté.

´ ¿Por qué no me preguntas acerca de toda mi vida? Le me dijo molesto. De pronto una mueca maliciosa surgió en su cara. ¿Por qué voy a esperar tratar con todo en un instante si me ha tomado años llegar a donde estoy hoy, verdad?"

"Según te dije, es un proceso."

"Esto significa que yo tengo ir cavando a través de todo y volver a experimentar todo lo que viví en mi pasado? Yo no quiero hacer eso."

"No, ningún requerimiento de cavar es necesario. Si tu llegas a ser habilidoso en volver a experimentar tu pasado, eso es en lo que vas a ser habilidoso—en volver a experimentar tu pasado. La práctica con estas herramientas y mantener un espacio de Amor dentro de ti y vivir en el mundo de hoy con esa perspectiva. Sí algo que es menos que Amor aflora en

cualquier momento, usa las herramientas. Según vas haciendo esto, cosas del pasado que impactan tu percepción presente van a aflorar para ser sanadas. Tu solamente puedes tratar y sanar tu estructura de realidad en el presente. Richard, ¿estas respirando? "

"¡Respirando! ¿Por qué me sigues molestando acerca de respirar? ¿Cuál es el problema? Richard dijo bravo.

"Oye, yo estoy de tu parte, ¿ te acuerdas? Yo estoy aquí para apoyarte en tu sanación. ¿Te acuerdas cuando hablamos de que el dolor se queda encerrado en una realidad? Aguantar la respiración hace que los sentimientos y los eventos se unan y se almacenen en una unidad. La energía de una experiencia que tu estas teniendo se reprime en el tejido cuando la respiración se suspende. En lugar de quedarse trabado en molestia, si tu respiras, es más fácil para patrones viejos soltarse y experiencias desagradables del presente irse. El aliento es el interruptor que o restringe la energía o permite que la energía se mueva en tu sistema. Manteniendo tu respiración abierta hace que la sanación sea más fácil.

PENSAMIENTO CLAVE—Cada día es la misma cosa. ¡Respira!, ¡Respira!,

¡ Respira!

"Eso me encaja a mí. Ahora me estoy recordando que cuando yo era un niño a mí me decían una y otra vez que yo era un pecador. Yo creo que eso hizo más por alejarme de la iglesia que la hipocresía que vi . Cuando tu me recuerdas que debo respirar, lo siento como ese antiguo dolor de ser condenando," Richard compartió .

"Vamos a procesar lo que está pasando y mirarlo, paso a paso," yo sugerí.

"Espérate un minuto, ¿qué es procesar?" él preguntó.

"Yo lo he descrito bastante, pero procesar se define como la capacidad de mantener el Amor Consciente, Activo y Presente cuando algo que es menos que Amor aflora. Es la clave mayor de la sanación; deja ir el componente doloroso de cada realidad que no es Amor. No es un proceso intelectual, aunque el intelecto lo puede iniciar.

"Procesar libera la vida interior. Una vez que su energía comienza a moverse en ti, tu nunca volverás a ser el mismo.

Tu estas cambiado y transformado para – siempre. Cuando pasa, puede ser como un rayo o como una brisa suave, eso no importa. Sus estímulos son inconscientes al principio. Puede que tú no sepas que ha pasado pero tu sabrás que algo ha pasado. Valúalo. Atesóralo. Es el poder activador del Amor reorganizando el corazón de tu ser Y la expresión de la causa de tu existencia.

" Eso tiene sentido y definitivamente luce que es algo que yo quiero. Vamos a seguir adelante y ver si yo puedo procesar lo que acaba de ocurrir. "El miró intrigado.

"Tu dolor acerca de ser clasificado como 'pecador' procede de tus creencias de ser injustamente acusado. Recientemente hemos discutido el hecho de que te hayan llamado pecador, así que la idea de ser injustamente acusado estaba justamente en la superficie de tu mente.

""El hecho de recordarte repetidamente que respiraras, aquello que estaba cerca de la superficie fue activado. Mi recordatorio fácilmente resonó tus sentimientos viejos acerca de ser acusado y de estar haciendo algo malo. Acuérdate, realidades suprimidas distorsionan la percepción. De niño seguramente te dijeron mil veces que tú eras un 'pecador' y cada vez tu dolor se reforzaba. Tu explosión acerca de respirar estaba dirigida a lo que activó este dolor viejo—el recordarte que respiraras. Tu agitación interna fue expresada como conducta subconsciente—una ataque hacia mí. ¿ Acuérdate de tu intención al pedirme disculpas anteriormente?"

"Si, yo estoy dispuesto a ser responsable por lo que siento y voy a continuar respirando", él dijo con determinación. Al mirarme, había una dulzura en sus ojos que yo no había visto antes. Las heridas antiguas se habían transformado en Amor. " Yo realmente aprecio que hayas seguido conmigo a través de todo esto, michael. Hace unos minutos el que me estuvieras recordando era un fastidio, ahora te lo agradezco. Yo puedo ver que un recordatorio a que respirara y el que aflorara mi vieja agitación es una oportunidad de sanar los sentimientos que yo tenía acerca de ser llamado un pecador y el ser condenado; no es una razón para atacar."

Richard suspiró fuertemente. "Yo no hubiera podido adivinar que había tanta Dinámica debajo de la superficie manejando mi conducta. ¿Es de ahí de donde la inconsciencia viene?"

La inconsciencia y la proyección. Fíjate, que la agitación que tu tenias era verdaderamente por ser llamado pecador, algo que posiblemente tu no has oído en décadas.

Tus sentimientos viejos fueron activados por mi recordatorio, y tu proyectaste tu Disgusto en la imagen de tu mente de mi, "yo dije.

" Espérate, dijo Richard, levantando la mano como si estuviera parando el tráfico. "Yo creo que estoy entendiendo la inconsciencia, pero lo que dijiste acerca de proyección se me fue."

" ¿Te acuerdas del punto de vista de los científicos de que todo es energía? La verdad es que no hay mundo físico."

"Está bien, ¿pero que tiene eso que ver con proyección? Richard preguntó.

"Todo. En verdad, el mundo es un remolino de masa de energía, un mar en movimiento, sin nada sólido. Ninguna 'cosa' existe separada de esa energía. La mente es la que genera la imagen de que las 'cosas' son sólidas. La mente, por su entrenamiento, bloquea la evidencia de que todas las cosas están conectadas y provee la imagen ilusoria de que todo está separado. En el único lugar donde un cuerpo existe es como una imagen en la mente.

"Las energías reprimidas que tu mantienes de una experiencia pasada, cuando es activada por alguien, son usadas por tu mente como la fundación de la imagen que genera de ellos. Nosotros no podemos ver los atributos suprimidos, que alguien activa, como nuestros porque surgen en nuestras mentes como si pertenecieran a ellos. En verdad nosotros proyectamos nuestros atributos en la imagen que hay en nuestros cerebros de ellos. ¡A, el alivio de la proyección exitosa! Pero, todavía nos queda un problema! ¿Por qué estoy sufriendo si es su error? ¿Por qué soy yo el que está ahí cada vez?

"En las escrituras Arameas, este es el asunto al que se referían cuando ellos dijeron; 'Ten cuidado tu quien juzgas a otro, porque en eso en lo que juzgas a otro, tu has sido culpable de practicarlo.' Yo creo que tu vas a encontrar que el concepto de pecado Arameico va a unir todo esto de una manera que tiene sentido. Te invito a que notes que prácticas e informativas son estas ideas Arameicas cuando las ves en el contexto de la vida real."

" Aquí vamos otra vez , michael. No sé si debo odiarte o amarte. Me siento inspirado y abrumado a la vez. Parece que mientras más escuche lo que tu dices, me doy cuenta de que tengo que hacer más trabajo. ¿Esto tiene fin?"

" Yo no estoy seguro de cuando el final llega. De nuevo te recuerdo, esto es un proceso. El sentirte abrumado va de mano con el lugar donde te encuentras. Casi todo el mundo pasa por esta etapa varias veces según aprenden este trabajo. La sanación se acelera según tu desarrollas la capacidad de mantener un espacio de Amor Presente, Consciente y Activo mientras asuntos sin resolver afloran." "

" ¿ Consciente. . .Qué?" Richard chisporroteo. Yo no puedo ni decirlo, y menos hacerlo!

¿Qué quiere decir eso?

" E so es una pregunta clave y antes de meternos en un concepto muy cargado emocionalmente como el pecado, vamos a hablar acerca del poder de sostener un espacio de Amor y como hacerlo." Yo sugerí.

PENSAMIENTO CLAVE— ¿Es recordar el usar las herramientas y entonces usarlas una manera difícil de vivir? No. Lo que si es verdaderamente difícil es vivir sin las herramientas.