

CUERPO + MENTE + ESPÍRITU

COMPAÑEROS



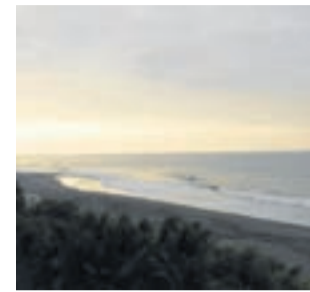
Muchas veces al hacer un trabajo de Desarrollo Personal puedes escuchar cosas que no te gustan, y te provocan confusión, repulsión y síntomas corporales, pero eso no le pertenece al proceso, ni a tus compañeros, ni al maestro... eso te pertenece a Ti. Como dicen en México los maestros Nauti: "Lo que duele no es el Veneno sino la Herida".

HISTORIAS



"El Niño Herido" (diría la psicóloga americana Virginia Satir), es el que reacciona. Es el que aprendió a sobrevivir creando sus propias historias e interpretaciones para crearse una nueva realidad en la cual aprendió a defenderse para sobrevivir y para ello crea una salida heroica, fantasiosa y dolorosa, pero con un Sentido Vital.

CONFIANZA



Y si aún tienes heridas por sanar es natural que sigan doliendo cada vez que se las toca... pero... si eres honesto contigo mismo, aceptas las contradicciones del ser humano, y eres auténtico, encontrarás para ese veneno el antídoto más poderoso: Entregarte y Confiar



• ¿Te acuerdas de algún trabajo de desarrollo personal que te haya movilizado mucho?

Paradoja del Amor y Odio hacia el rol del Maestro

Para el pensamiento occidental la mente debe ser clara, sistemática, racional, la lógica debe ser el objetivo de la vida y no se deben mezclar los opuestos. Todo lo tenemos que separar para comprenderlo

DANIEL ELFENBAUM
Coach Ontológico/
Director Consultora Alas
@AlasVenezuela

La tarea de trabajar para acompañar a otros en su transformación es un proceso tal vez largo, sinuoso y con mucho compromiso, porque requiere primero la propia Transformación, expandir una Consciencia que Ame el Dolor, y comprenda que Amor y Odio son parte de lo mismo.

El maestro más consciente y auténtico (llámese guía espiritual, coach, terapeuta, etc.) no es aquel que busca ser amado y comprendido por el aprendiz, sino, aquel que pueda comprender que su propósito es que el aprendiz se conozca y aprenda a amarse a Sí Mismo. Esta tarea muchas veces, oca-

siona ser cuestionado e inclusive odiado por los discípulos. En el amor está implícito el odio. Ver ambas cosas unidas es insoportable. Para el pensamiento occidental la mente debe ser clara, sistemática, racional, la lógica debe ser el objetivo de la vida y no se deben mezclar los opuestos. Todo lo tenemos que separar para comprenderlo. Y aquí radica la principal fuente de sufrimiento del Ser Humano: la Separación.

Pero si hay algo que caracteriza a la especie humana es que

está en continuos procesos analógicos, en continuo movimiento, cambio, nada es estático. Todo tiene su contraparte para que exista, opuesto y complementario al mismo tiempo. Si no puedes ser sincero, auténtico, honesto e incluir todas tus partes en Tu Ser... eres solo una fachada, una máscara de un personaje que estas representando para ser querido/a, y en muy poco tiempo los otros se darán cuenta, y solo sentirán Indiferencia, porque no eres auténtica/o. Al mismo tiempo no podrán dirigir el

amor hacia ti porque hay una parte que no conocen. Si no puedes enojarte con quien amas, habrá una parte que estarás negando, se volverá inauténtica, falsa, en poco tiempo se volverá rancia y acabará en aburrimiento, desinterés y tomará diferentes formas de manipulación para sostener solo la creencia. La contradicción adquiere su belleza cuando se alcanza un nivel de consciencia que lleva a aceptar que la luz enceguece, que oscuridad y luz son las dos caras de la misma moneda.

Sabías que

Conflicto

Cuando alguien decide ingresar en un proceso de transformación lo hace porque su sentido de vida ya no es vital y hasta puede ser mortal. Entonces, en un plano casi revelado de su consciencia (que se cree que es el inconsciente) emprende el camino. Pero en determinado momento aparece el verdadero conflicto.

El "Conflicto es la tensión que se genera entre Lo que Hay y Lo que Quisiera que Hubiese", pero como todavía no está claro que hay del otro lado, y no está aún en un plano de consciencia para mirar, puede ser que le eche la culpa al afuera, a la luz, a aquella persona, pareja, maestro, coach, o quien fuese. En medio del proceso hay oscuridad, tensión, desconocimiento y dudas, dolor que reaparece y se profundiza.

Si la persona se coloca en víctima, probablemente verá



el mal en el sol y no en su estructura para mirar. Un guía puede dar instrucciones de cómo abrir los ojos, pero no puede ver por ti y menos graduar la luz del sol.

Por eso cuando en determinados procesos de aprendizaje adquirimos una consciencia fuerte sobre algo, esa misma luz al principio nos enceguece, como si saliéramos de un túnel oscuro... pero lo bueno es que a la poco tiempo, como nuestra vista se va acostumbrando a esa salida. Nuestra Alma se va acostumbrando a esta Nueva forma de Ser, a este nuevo camino que emprendimos... y al poco tiempo estaremos mirando las cosas de una forma más clara.