

Percepciones desde el Corazón y el Alma

por

Sacha Knop, Soulwise



© CarinduBurck

“¿Tuyo o mío?”

¿Te has preguntado alguna vez cuánto de lo que piensas, haces o sientes es tuyo en realidad? ¿Cuánta energía, “buena o mala”, tienes realmente en cuenta de los demás y cómo esto te afecta?

¿Te has preguntado alguna vez cuánto de lo que piensas, haces o sientes es tuyo en realidad? ¿Cuánta energía, “buena o mala”, tienes realmente en cuenta de los demás y cómo esto te afecta?

A menudo es una verdadera revelación que te empodera, tienes que saber todo de ti mismo... no sólo los pedazos convenientes. Tienes que pasar tiempo contigo para conocerte. Tienes que hacer ese esfuerzo. Si conocieras todos tus límites, tus puntos fuertes y débiles, entonces podrías identificar las energías que estabas asumiendo de los demás subconscientemente, energía que a menudo te aleja de tus objetivos con mucha facilidad. (En este artículo me concentro en la parte que llevas que te obstruye.)

Yo supe por un tiempo que este era mi patrón, que portaba demasiado de los demás, pero la primera vez que realmente reconocí lo mucho que esto afectaba a mi vida diaria, fue cuando mi padre tuvo un gran accidente de

coche. Me había estado sintiendo muy desorientada, como si no estuviera en mi propio cuerpo, esa mañana. Cuando papá llamó para decir que había tenido un accidente de coche, y que el coche estaba totalmente destrozado, pero que él estaba completamente bien, me di cuenta que había asumido el trauma de su accidente de coche. Tan pronto como se lo mencioné, el shock poco a poco disminuyó y volví a mi misma, y él volvió a la forma en que realmente se sentía.

Con el tiempo me di cuenta de que esto también era el caso cuando trabajaba con los clientes. Unas horas antes de que fuera su consulta percibía sus verdaderos sentimientos, lo que podía ser cualquier cosa desde un miedo profundo hasta depresión con molestias físicas. A menudo cosas de las que no eran conscientes, habían aprendido a vivir con ellas o habían suprimido. Una vez había hablado con ellos acerca de lo que había experimentado, me liberaba de estos sentimientos. El cliente ahora

“NO TENEMOS QUE CAMBIAR LA FORMA EN QUE FUNCIONA LA VIDA. TODO LO QUE NECESITAS HACER ES SABER CÓMO REGRESAR A TI MISMO Y HACER TIEMPO PARA ELLO. CUANDO QUIERAS ENTRAR EN TODO TU PODER Y HACER TUS SUEÑOS REALIDAD, LA RESPONSABILIDAD ES LA CLAVE.”

era consciente de ellos, lo que a menudo hacía que fuese más fácil trabajar con ellos. Sus vidas cambiarían a causa de esta conciencia.

Empecé a usar más este patrón de energía, y vi el mismo patrón en otros. Lo que la gente encuentra difícil de llevar por sí mismos o hacerle frente, lo suprimen y suprimiéndolo inconscientemente lo “pasamos” a la gente que nos rodea. A cambio, reciben algo con lo que luchamos. Y así, una cadena de sentimientos y emociones traspasadas es construida subconscientemente y en esta cadena, empezamos a perdernos a nosotros mismos, nos desordenamos. He podido ver que a menudo esto limita que las personas se muevan hacia adelante. Les da una sensación de estar atascados en la vida.

Esto sucede mucho en las relaciones y en las familias, los llamamos patrones recurrentes. Luchamos sin entender lo que está pasando... pero, ¿cuál es la ganancia de todo esto? Porque siempre hay una ganancia, aunque sea una inconsciente. La ganancia es que no tienes que ser responsable de todo por ti mismo, cargando cosas de otras personas... Es una “excusa” válida, pero no una que genere lo mejor para ti. La causa más común de esta excusa subconsciente: Tenías miedo de tener que actuar sobre lo que sabes que está pasando en el interior. Lo reprimiste y así lo pasaste, a cambio de recibir algo a cambio que no es tuyo.

Ahora bien, esta es la manera natural en que intercambiamos cosas todo el tiempo y está bien. También intercambiamos amor y alegría de esta manera. No tenemos que cambiar la forma en que funciona la vida. Todo lo que necesitas hacer es saber cómo regresar a ti mismo y hacer tiempo para ello. Cuando quieras entrar en todo tu poder y hacer tus sueños realidad, la responsabilidad es la clave.

Este es mi trabajo diario, mostrar a otras personas las partes que encuentran difíciles de ver, sentir o abrazar. Una vez que lo hacen, con ese poquito de apoyo, les queda claro por qué han tomado este modelo y la manera de volver a su propio ser. A menudo, sólo algunas técnicas sencillas son suficientes para volver al camino. Una vez lo sabes, una vez está claro, puedes empezar a vivir tus sueños de nuevo. Ahora bien, esto te beneficia a ti, a todos los demás y al bien común ■