

Boletín de dudas

U universidaddevida.online
Daniel Gabaró - Sergi Pérez

Universidad de Vida

BOLETÍN DE DUDAS RESUELTAS

Boletín 262

[28 de julio 2023]

ÍNDICE

| | |
|--|---|
| Utilidad del boletín | 3 |
| Comentarios a algunas frases de la Pasarela Sócrates | 4 |
| Una recomendación | 7 |

Utilidad del boletín

Cada semana, enviamos un boletín de dudas resuelto con las preguntas que llegan al mail udv@danielgabarro.com.

No dudes a enviar tus dudas: estamos aquí para serte útil. ¿De acuerdo?

Todos los boletines se cuelgan en el “**Área del Alumnado**” de Universidad de Vida que encontrarás en www.danielgabarro.com, en autoconocimiento. Se cuelga junto con el resumen de la sesión, el vídeo y el audio de la misma.

Así siempre lo tienes todo disponible y agrupado en un único sitio.

Si eres nueva o nuevo en Universidad de Vida, sigue las clases semanales y deja todo lo que ya se impartió para momentos puntuales. Hay mucho material y el peligro es indigestarse.

Paso a paso.

COMENTARIOS A ALGUNAS FRASES DE LA PASARELA SÓCRATES

Hola,

¿Qué tal?

Me hubiera gustado estar en la sesión del lunes pero no me fue posible... una pena porque os he visto pasarlo muy bien..;)..

Sí, la verdad es que fue una sesión muy amena en la cual compartimos reflexiones muy interesantes.

Sólo me queda comentar algunas que me han llamado la atención y una que a mí me ha servido durante mucho tiempo y aún me sirve.

Ahí voy con las frases:

Adelante.

-Una vez visto, todo el mundo es listo

Además de que es cortita y rima, que también tiene su atractivo, me parece muy interesante lo que dice. Cuando comprendes algo eso deja de ser un reto y parece fácil de tal modo que podemos caer en la tentación de sentirnos "listos" y ver como "tontos" a aquellos que no lo comprenden, como si nosotros no hubiéramos pasado por ahí y como si la persona que sabe fuera más valiosa que la que no sabe, cuando quizá lo valioso es el conocimiento ya que la persona es igual de valiosa antes de tenerlo que después. Esto sería otra manera de valorar más el tener (el conocimiento) que el ser, cosa que creo que cuesta porque no es una idea que esté de moda en nuestra sociedad.

Exacto, no es más valioso un alumno de secundaria que uno de

párvulos, por el simple hecho de que todavía no ha adquirido según qué conocimientos.

Los conocimientos, el Saber, es valioso, y eso siempre está ahí. Igualmente, las personas somos obras de arte en construcción, espacios de crecimiento con patas altamente valiosos, independientemente de la fase de crecimiento en la que nos encontremos.

-La diferencia entre un ganador y un perdedor es que el ganador es un perdedor que lo ha probado una vez más.

Pues sí, estoy de acuerdo en que muchas veces insistir es como entrenarse. En el deporte creo que se ve claro. En entrevistas a algunos jugadores que hoy son muy buenos reconocen que al principio no eran mejores que los compañeros con los que empezaron, pero a base de entrenarse mejoraron mucho hasta el nivel actual. Es cierto que no todo el mundo tiene las mismas habilidades innatas, pero a veces llega más lejos el que insiste y lo tiene más difícil que el que lo tiene más fácil pero no insiste tanto. Esta filosofía me parece muy bien siempre y cuando se disfrute del camino porque a veces nos obligamos a conseguir una meta que nos parece muy atractiva pero el camino no nos gusta nada con lo que si no conseguimos la meta es un drama y aún más drama si la conseguimos y no es lo que pensábamos. Digamos que para mí este sería el peligro de usar la terminología de ganadores y perdedores, el que si no llegas a tu objetivo puedas pensar que no vales, cuando al final me da la sensación que mejor que ganadores y perdedores son los jugadores que se divierten.. Aún así me quedo con lo que para mí es la esencia de la frase: Insiste y obtendrás resultados... aunque el resultado sea darte cuenta que ese camino no merece la pena.

Sí, nos has recordado uno de los peligros de cualquier camino que se recorra, el archifamoso síndrome Rocky!! (sesión 71 de UdV)

Recomiendo muy mucho repasar las sesiones de Patologías y Autoengaños del Trabajo Interior, creo que son muy útiles.

-Ninguna violencia es contra ti, sino contra los fantasmas de quién la ejerce.

Esta frase se la escuché a Alejandro Jodorowsky y yo le añadí la última parte porque así lo creo. Que la violencia que usamos las personas en realidad no es contra un otro concreto que nos cae mal o nos "ha hecho algo" sino contra lo que nos despierta esa persona. A veces tan sólo nos recuerda a otra que asociamos con un dolor causado o, simplemente, cualquiera que hubiera seguido la trayectoria de esa persona nos hubiera despertado prácticamente lo mismo, porque es más fácil echarle la culpa a ella como si fuera plenamente consciente de todo lo que hace. Incluso aunque lo parezca y lo afirme es muy probable que no lo sea. En realidad la violencia de la persona es una lucha para conseguir algo que anhela o para evitar algo que teme que en la mayoría de los casos no corresponde con la realidad, de ahí que la violencia en realidad no es contra quien tiene delante si no contra sus fantasmas, contra su proyección de lo que cree que pasará si no actúa así.

Esta frase me sirve porque me ayuda a darme cuenta de que esa violencia no es contra mí con nombre y apellidos sino contra cualquiera que esté en mi lugar delante de esa persona. Eso evidentemente no es una excusa para no defenderse y hacer lo que corresponda, pero ya tu propósito no es dañar al otro y devolver el golpe de un modo visceral, sino protegerse de esa violencia si corresponde y resolver la situación del modo mejor posible, quizá haya que devolver un golpe para disuadir pero hay conciencia y control. Esto para mí es mucho más difícil de lo que parece cuando lo expongo pero al menos intento tenerlo presente.

Una reflexión muy profunda, te lo agradecemos. Pienso igual. Jamás la violencia ejercida sobre nosotros es algo personal. Pasábamos por allí.

La ira, la violencia siempre proviene del miedo. Es una reacción automática. No somos libres de ejercer o no ejercer violencia, a no ser que desarrollemos la presencia (3r estado de conciencia). En presencia, al piloto automático le cuesta respirar.

Y por supuesto, conviene defenderse o no estar ahí cuando la violencia aparezca. Ahora bien, el hecho de comprender que la violencia de los demás no es debido a su maldad, sino simplemente a su miedo transforma de raíz nuestro mundo interior en tales casos.

Dejamos de ver ogros y tigres para ver niños asustados. En el primer caso, la respuesta natural es atacar para defendernos o huir a

toda pastilla. En el segundo caso, la respuesta natural es abrazarlos.

Cambiamos ira, odio y rabia por amor, suavidad y comprensión. No es un mal cambio, jeje.

¡Un abrazo y gracias!

¡Otro para ti!

UNA RECOMENDACIÓN

Además, me gustaría recomendar este "cuento-fuerza". Esta fábula maravillosamente narrada y ambientada explica lo que Daniel ha dicho a veces: El personaje te trae al trabajo interior sin sospechar lo que le espera. Ojalá os inspire tanto como a mí:

La maravillosa historia de Henry Sugar:

<https://www.netflix.com/es/title/81388090?s=a&trkid=13747225&trg=wha&vlang=es&clip=81714327>

Muchísimas gracias por tu aportación.

Os animamos a todos/as a hacer lo mismo y compartir en el boletín películas, libros y demás que os hayan parecido interesantes y tengan una relación con el Trabajo Interior.

Un fuerte abrazo, y feliz semana.