

Boletín de dudas

 **Daniel Gabarro**
danielgabarro.com

Aula Interior

Herramientas prácticas para vivir en plenitud

AULA INTERIOR

BOLETÍN

Dudas resueltas

Boletín 30

[Segunda semana de mayo]

Índice

Utilidad del boletín	3
Sobre niveles de evolución diferentes en la pareja	3
Sobre saber los motivos que nos unen a alguien	6
Sobre cuestionar las decisiones del pasado	8
Sobre escoger conscientemente el trabajo a realizar	14
Sobre la des-sensibilización hacia uno mismo	16
Sobre el sufrimiento	19



Utilidad del boletín

Aquí tienes las dudas que se plantean en el curso Aula Interior.

Te animo a mirar el índice y leer las que creas que te pueden ser útiles. ¡Las hay muy interesantes!

Ya sabes que estoy aquí para resolver tus dudas.



Sobre niveles de evolución diferentes en la pareja

Hola Daniel,

¡Buenos días!

Te quería comentar una duda que tiene relación con mi pareja. Desde que empecé mi camino de desarrollo personal siento que he ido evolucionando hacia un lado y en cambio mi pareja, que no quiere saber nada del tema, va por otro lado. De manera que en relación a cuando nos conocimos nos cuesta más encontrar puntos de vista en común.

Lo entiendo.

A veces ocurre: crecemos en áreas diferentes.

Sé que no puedo forzar que él se informe un poco sobre el tema si no le apetece y que a mí me queda muchísimo camino por hacer porque algo no estoy haciendo con suficiente sabiduría para que me esté pasando esto, pero no veo lo que es. En general todo lo que voy aprendiendo me sirve para mejorar aún más mis relaciones, pero en este caso me da

miedo estar cada vez alejándome más de él.

Mira, el problema no es que nos acerquemos o alejemos en una área, sino el conjunto de la relación. Ver si es suficientemente satisfactoria.

El problema es que respetemos la libertad de cada persona y también que pensemos que las cosas solo pueden ser de una única manera: la forma como hemos decidido y suframos si no es así.

Es perfectamente posible que, en este tema, crezcáis en direcciones diferentes y, sin embargo, que merezca la pena seguir juntos porque el conjunto de la relación sea hermosa.

Es perfectamente posible que sigas admirando sus valores, que puedas hacer acuerdos con él, tengáis hermosos proyectos conjuntos y que veas que la relación merece la pena de mantener tal como es ahora.

Eso estaría bien.

Sin embargo, si eso no sucede, también está bien.

El problema es no aceptar que las cosas pueden ser de muchas maneras diferentes.

Otra de ellas es que, en cierto momento, puedo agradecer lo vivido hasta ahora, pero darme cuenta que necesitamos cambiar el tipo de relación que tenemos. El amor es para siempre (porque siempre podemos desear el máximo bien para esa persona... ¡y para todos/as si podemos!). Pero las relaciones cambian.

El problema no es que las relaciones cambien, sino que yo no acepte que eso es una posibilidad y, además, que crea que es algo malo.

¿Verdad que lo ves?

Entiendo que habrá más parejas que una de ellas este dentro del mundo del desarrollo personal y la otra no y que esto no les es ninguna

interferencia, por lo que me gustaría saber si tú crees que hay algo que pueda hacer por mi parte o por lo menos ver en que me estoy equivocando para poder rectificar.

Creo que lo que merece la pena es valorar lo que sí tenéis en común y los valores que sí admiras de la otra persona. Crece aquello en lo que nos focalizamos. Por lo tanto, si te centras en lo positivo que tenéis, tenderá a crecer.

Evita focalizarte en lo que os separa para no hacerlo crecer y, en cambio, céntrate en lo que sí valoras. ¿Te parece?

Y si la relación tiene muchos aspectos positivos, no será ningún problema, ¿verdad?

Sin embargo, si la relación no tiene base para seguir con el mismo modo de convivencia como hasta ahora, merecerá la pena que agradezcas todo lo vivido hasta el presente y, con amor, te plantees si es el momento de transformar la relación de pareja y convivencia, en otro tipo de relación.

Si fuese así te quiero volver a recordar que el amor es para siempre, aunque el tipo de relaciones cambie.

En todo caso, date un tiempo para valorarlo y háblalo con tu pareja: ¿Podéis los dos centraros en los valores que sí tiene la relación? ¿los valoráis como valiosos? ¿los queréis hacer crecer? ¿qué podéis hacer para cuidaros más? ¿qué podéis hacer para que la relación sea más gozosa?

Sea una cosa u otra, será un hermoso proceso de aprendizaje que, si aprovechamos, nos ayudará a evolucionar... ¡tal como nos indica la ley de la evolución! Pero solo tú puedes aprender por ti.

Lo ves, ¿verdad?

Muchas gracias.

Al contrario, gracias a ti puesto que aportas un tema que nos puede

ayudar a entender que la aplicación de la ley de la correspondencia y la evolución no es teórico, sino real: cuando aprendo avanzo gozosamente y, mientras no lo hago, sufro.

Y también, para ver la importancia del valorar y agradecer ante cualquier circunstancia (fíjate que son dos herramientas de amor, pero también el reto que nos plantea la alquimia del pensamiento).

Un abrazo,



Sobre saber los motivos que nos unen a alguien

Buenas noches Daniel,

Hola!

Sobre el desapego.

Adelante!

Mi marido por su trabajo tiene que viajar constantemente,

De acuerdo

y por mucho que lo intente no puedo acabar de acostumbrarme. Hay veces que lo llevo mejor y otras peor.

De acuerdo

Creo que el motivo por el cual me niego a aceptar esta situación es que de pequeña no quería estar sola y mi idea de pareja ideal era alguien

con quien compartir mi tiempo.

Mira, aquí hay varias opciones para trabajarlo:

La primera es tener muy claro porque estoy con esta persona. Así, cuando lo eches de menos por los viajes (un “defecto”) podrás recordarte a ti misma que no estás con él porque “viaja”, sino por tal y cual motivo. En este proceso entenderás que, si los motivos para estar con él son poderosos, el que viaje forma parte del “pack”, pero no es lo determinante: habrás puesto la atención en lo que sí valoras en lugar de ponerlo en lo que no valoras.

Quiero llamar la atención que merece la pena hacer esto con todas las parejas (y amigos y trabajo y los temas claves de nuestra vida). Así aunque, por ejemplo, encontremos cabellos en el lavabo o los platos mal ordenados o... No entraremos en cólera, sino que recordaremos porqué estamos con esa persona: ¡y no es para que nos ordene los platos o no deje cabellos en el lavabo!

¡Pongamos los motivos que nos unen por delante de las dificultades!

De alguna manera te estoy proponiendo que uses la despolarización (segundo paso de la des-sensibilización) para abordarlo.

¿Te parece?

Si no lo he explicado con bastante claridad, dímelo y lo abordamos en la clase oralmente: a veces por escrito resulta un poco limitado.

Por otro lado, si esta sensación de abandono viene de la infancia es lógico que tengamos que ir atrás y “curarla”.

Para ello se me ocurren dos caminos:

El primero es la visualización que hacemos de la reeducación infantil

(hablar con nuestro niño interior, con el niño/a que fuimos diciéndole lo que las personas adultas le hubieran dicho si hubieran sido sabias).

El segundo tiene que ver con el primer paso de la des-sensibilización: darnos permiso para expresar (en un entorno seguro, sin agredir a nadie) todo lo que tenemos dentro. Vomitarlo verbalmente mientras movilizamos la energía, por ejemplo, golpeando un cojín.

En este punto las emociones se me lían y lo mezclo con rencores del pasado y que debería hacer en el futuro .

Dame luz.

Ojalá lo que te haya sugerido te sea útil.

Aun así debo decir que, como viene de lejos, seguramente será un proceso y el cambio no se dará de forma súbita, sino gradual. ¿De acuerdo?



Sobre cuestionar las decisiones del pasado

Buenos días Daniel y equipo. Mi consulta es triple.

¡Buenos días!

Cada día tomamos decisiones conscientemente o menos conscientemente (bueno ahora creo que todas menos automáticamente)

Sí. Efectivamente.

pero hay algunas decisiones que llevan más carga o que cuestan mucho más de decidir o valorar porque a veces parece que en aquel momento

estabas segura, pero ahora con el tiempo se pueden ver diferentes.

Sí.

Y tenemos derecho a cambiar de opinión.

¿No crees?

Por ejemplo, cuando uno rompe con una pareja en aquel momento se valoró que era más negativa que positiva y al cabo de unos años esa decisión aparece otra vez en tus pensamientos, preguntándote si eso pasara ahora a lo mejor habría otra manera de verlo o vivirlo.

Y seguro que ahora sí habría otra forma de vivirlo.

Pero como no sucede ahora sino que sucedió en el pasado la única libertad que tenemos ahora es la de aceptar los resultados obtenidos.

Así que partiendo del momento presente me pregunto qué hacer ahora y si estoy dispuesto/a a aceptar los resultados que haya producido mi acción pasada para aprender y seguir avanzando desde ahí. ¿No crees?

Y, ¡claro que nos pudimos equivocar en el pasado! ¡Seguro que hubo una opción aún más sabia! ¡Como seguro que la hay ahora aunque no la veamos! Pero eso no tiene importancia si estamos dispuestos a aprender de los errores sin maltratarnos.

Repito: aprender sin reñirnos.

Lo ves, ¿verdad?

En aquel momento se veía de una manera y al cabo de los años mirando hacia atrás recordamos tal vez los buenos momentos y que a lo mejor se podría haber gestionado diferente. Claro, no somos el mismo yo, antes y después de este cursillo y con vivencias.

Claro, ahora tenemos más sabiduría.

Lo que ahora nos toca es asumir esos resultados y tomar las decisiones que ahora nos parezcan adecuadas. ¿no crees?

O por ejemplo muchas personas mayores acaban hablando de su pasado, de los momentos que a lo mejor tuvieron que hacer elecciones y ahora recuerdan si hubieran hecho otra elección.

Y ahí no están asumiendo los resultados de sus actos. Si te acuerdas, “asumir” es una herramienta de amor. ¡Y las herramientas son para ser aplicadas!

Pero nosotros sí entendemos que debemos aplicarlas en nosotros/as o en los demás. No hacerlo implicaría dolor.

Lo ves, ¿verdad?

¿Por qué nuestro centro intelectual regresa al pasado intentando “juzgar” lo que en aquel momento para nuestro pensamiento estaba claro?

Porque todavía no hemos practicado la herramienta del amor del asumir.

Por eso insisto tanto en las herramientas del amor. ¡Son prácticas!

Y debemos aplicarlas hacia nosotros/as mismos/as igual que hacia los demás.

No culpar a los demás, no culparnos.

Asumir lo que ahora vivimos, sin huir de la realidad.

¿Lo ves?

Verás que las 7 herramientas del amor son claves para des-sensibilizarnos.

De hecho, este es uno de los temas fundamentales para este mes y la des-sensibilización se hace con las 7 herramientas del amor mientras se puede y, en caso de crisis emocionales, con los dos pasos previos (muro de las lamentaciones, despolarización y, luego, alquimia).

Lo digo para situar ordenadamente lo que estamos estudiando.

Se trata de algo muy práctico.

Pero todavía nos falta capacidad para ver que, ante ciertas cosas, ya tenemos las herramientas. Y, claro, nos falta práctica y más práctica para integrarlo.

Mira, igual como aprender a conducir implica un tiempo más o menos largo de práctica hasta que se integra, también debemos ser tiernos/as con nosotros/as hasta que integramos estos aprendizajes.

Sé que un día los integraréis totalmente. Pero, hasta entonces, solo hace falta una práctica tierna con vosotros/as. ¡Yo lo hago conmigo!

¿Lo intuyes?

Que nos exijamos o nos maltratemos no nos hace avanzar más rápido...
¡Pues a mirarnos con ternura!

¿Es, tal vez porque el yo-protagonista quiere castigar con su pensamiento para hacernos culpables?

Es porque el ego sigue haciendo lo que siempre ha hecho: reñirnos para, con la culpa, intentar animarnos a seguir adelante. Tiene buena voluntad, pero me parece un sistema algo torpe, ¿no crees?

Pero podemos mirarlo con ternura y dejarlo atrás. Lo hace con buena intención (conseguir unos objetivos que le parecen buenos), pero ya no

necesitamos hacerlo más. ¿Verdad?

Podemos ir aprendiendo con ternura, ¿no crees?

Podemos mirarnos como el niño/a que fuimos y saber que tenemos derecho a aprender. Mirar hacia nuestro corazón y ver allí el niño/a que fuimos y actuar con ternura nos será cada vez más posible.

Como todo, es cuestión de práctica.

Si practico, algún día llegaré a vivirlo en primera persona.

¿Es por qué no acabamos de saber vivir el momento presente o tenemos miedo al futuro en realidad?

También. Porque el ego tiene planes y no se da cuenta que no sabemos lo que es bueno para nosotros/as.

¿Lo ves?

No sabemos, en realidad, lo que más nos va a beneficiar.

No sabemos lo que más nos va a hacer crecer y, claro, en lugar de repetirnos que “*todo es perfecto y necesario*” y abrirnos a aprender, nos cerramos ante lo que se nos antoja como “dificultades”.

Eso no hace desaparecer las “dificultades”, sino que solo enlentece nuestro aprendizaje e incrementa nuestro sufrimiento.

Pero eso tampoco no es malo... ¡también tenemos que aprenderlo!

Ojalá lo aprendamos pronto y podamos pasar de “pantalla” en este juego de niveles que es la vida.

Por qué nuestros pensamientos vuelven a esa situación familiar en

pareja con los hijos en un hogar, todos unidos... a ese cuadro tradicionalmente ideal...?

Un ejercicio que me ha ido personalmente muy bien es aquel de preguntarte, tras escribir una situación vivida, lo del yo protagonista: ¿Qué piensa y que siente el yo-protagonista-ego?

Sí. Observar y entender. Eso es muy útil.

Ya hemos hablado de que el ego no lo hace con mala intención. Descubrir su motivación (observando) es muy útil para ayudar a ir más allá de donde estamos.

Ahora he aprendido lo del cofre del tesoro de poner esa tirita... Y pienso a lo mejor tendría que haber puesto tiritas...

Bien, ambas cosas pueden hacerse a la par... No son excluyentes: poner tiritas mientras observo su origen y practico para ir más allá.

Mi duda es la siguiente: cuando nos da la sensación de un pequeño resquicio de duda al haber tomado una decisión, por ejemplo la de dejar a tu pareja, y te vienen pensamientos de que ahora a lo mejor se gestionaría diferente, ¿qué aconsejarías tú?

Lo he comentado más arriba, así que te animo a leerlo y a tenerlo presente, ¿te parece?

Otra cuestión de la que me encantaría saber tu opinión es la de las fobias. Por ejemplo si se coge fobia a alguna situación relacionada con una persona por ejemplo que no puedes estar cerca de esa persona porque te entra malestar, eso se puede gestionar desde el centro intelectual?

Mira, si es una fobia como tal que has adquirido en un momento determinado de tu vida, creo que la técnica más rápida para superarla es

la técnica contra las fobias que se aplica en la programación neurolingüística. En menos de 15 minutos he visto desaparecer fobias (puedes buscarlo por internet y localizar algún terapeuta experto/a en tu zona).

Sin embargo, tras eso es útil seguir trabajando interiormente para no volver a adquirir fobias nuevas inútilmente. Quiero decir, que si interiormente estoy limpio no tengo que odiar/temer nada para obtener una identidad positiva (eso suele estar, a menudo, tras las fobias).

Por lo tanto, lo mejor es quitarse la fobia con una técnica psicológica eficaz (como la PNL o programación neurolingüística o similar) y, luego, crecer para no “necesitar” más fobias.

Muchísimas gracias por poner al alcance de muchas personas puntos de vista de reflexión que hacen un cambio en nuestra manera de vivir.

Y ojalá lo que he dicho te sea útil de alguna manera.

Eternamente agradecida a todos,



Sobre escoger conscientemente el trabajo a realizar

¡Hola a todos!

Hola!

Sobre el cofre del tesoro, des-sensibilización y alquimia mental.

Para compartir mi visión/experiencia, una vez escuchado y procesado la clase de la anterior semana y esta.

Estoy 100% alineado con este "procedimiento", de hecho me doy cuenta ahora que algunas veces ya lo hacía sin saber qué hacía, ni poner nombre a las cosas....

Sí, muchas veces solo ponemos orden y nombre a lo que ya hacemos o intuimos. ¿verdad?

Pero lo que quería comentar es que hacer o no este trabajo es opcional. Al final conscientemente (o no) escogemos que queremos hacer, yo lo tengo claro, prefiero este camino, hacerlo.

Tienes razón: es opcional.

Cada persona opta por lo que cree mejor y aquí, en todo caso, hay que fijarse en los resultados. Cuando obtenemos resultados internos y externos agradables, armoniosos... ¡quiere decir que vamos bien! Y viceversa.

Pero esa decisión es una decisión personal y es una muestra de amor respetar las decisiones (y resultados) de cada persona.

Porque me doy cuenta de que el otro camino lleva a manipular la realidad, manipular las personas sobre todo (decir 1 pensar 2, exigir 5 cuando tú para nada ni darías 2, hacer ver que eres así, hacer ver que esto ha sido x).

¡¡vaya mucho sufrimiento!!

Sí!! Y el sufrimiento te indica que no vas bien, ¿verdad?

Mirad, lo que nos ocurre quizás no podamos escogerlo, pero el sufrimiento sí es opcional (el dolor puede no serlo, pero el sufrimiento sí; entendido el dolor como físico y el sufrimiento como psicológico).

Por eso os animo a valorar la realidad por el resultado.

Da igual si creo que voy por el buen camino cuando obtengo resultados dolorosos, ¿verdad? ¡si tengo resultados malos ha llegado el momento de poner en duda el camino! ¿verdad?

Solo añadir ese comentario :)

Gracias por compartirlo.

Saludos!!!



Sobre la des-sensibilización hacia uno mismo

Sobre el tema de la desensibilización, en la parte que corresponde a reconocer que el error está en mí y no en los demás: resulta que esto lo tengo más que asumido.

Y eso es un avance increíblemente grande. ¿No crees?

Sin eso no podrías avanzar. Ahora irás más rápidamente o más lentamente, pero ya sabes dónde buscar las respuestas.

Ya no veo el error en nadie más que no sea en mí y lo que me pasa ahora es que proyecto el enfado hacia mí misma.

¡Ah! Todavía te falta mirarte con la dulzura que da el saber que tienes permiso para equivocarte.

Te ruego que dediques varios días a pensar si tienes ese derecho.

Y que no solo lo pienses, sino que lo intentes sentir como algo cierto hasta que lo vayas integrando... Te lo puedes repetir docenas de veces hasta que lo hagas tuyo...

¿Te parece?

Creo que eso va a ser muy útil.

Entonces cuando se trata de despolarizar puedo hacerlo con los demás, pero no sé cómo hacerlo conmigo misma.

Mira, despolarizar implica salir de la polaridad de los sentimientos y buscar la razón profunda por la que hago ciertas cosas.

Por ejemplo, saber por qué estoy con una pareja o por qué motivo no quiero ir con cualquiera para hacer una pareja.

O, por poner otro ejemplo, buscar el motivo profundo que me llevó a ser madre/padre.

O, por poner un último ejemplo, saber el motivo profundo por el que continúo en el empleo que ahora tenga...

Se trata de buscar el motivo profundo. Eso nos da un lugar al que agarrarnos cuando aparecen momentos de tormenta.

Se que no he de buscar el éxito y que debo dejar caer la exigencia de que tengo que hacerlo bien porque claro "como estoy haciendo un curso de crecimiento personal, como la puedo cagar así!!!" (con perdón de la expresión).

Y ahí resulta clave darnos cuenta que tenemos derecho a equivocarnos, ¿verdad?

Y partir de la realidad real y no del sueño ideal que “como estoy haciendo un curso de autoconocimiento ya soy casi buda”.

¿Te parece?

En resumen, que lo que me pasa ahora es que en vez de culpar a los demás, me flagelo más a mí. Lo genial de todo es que siendo así, sí puedo hacer algo para mejorar. Pero a la hora de despolarizar, no sé cómo hacerlo cuando veo que todo el problema viene de mí y de nadie más.

Pues busca el motivo por el cual, a pesar de los errores, quieres seguir aprendiendo.

Busca el motivo profundo por el cual, a pesar de los errores, quieres seguir amándote.

Busca una promesa que te hagas a ti ahora y para siempre y que incluya, de forma sincera, una profunda mirada de amor hacia ti.

¿Crees que te será posible?

Cuando recuerdes eso, saldrás de la polaridad de los sentimientos.

No sé si me he explicado bien...gracias!!

Bueno, yo te he contestado en función de lo que entendía. Igual no he acabado de captar realmente lo que tú decías. Si es el caso, te pido disculpas y te animo a volver a escribir.

Pero creo que la última propuesta te será muy útil. Léela con atención y no dudes en practicarla, verás cómo te sirve para despolarizarte.



Sobre el sufrimiento

Guau la última clase.... jaja :)

Se me vino un poquito grande, más que nada porque aún me queda trabajo interior por hacer, y cuando salen temas nuevos, ya sufro porque tengo un pensamiento que debo acabar de sacarme de dentro, que me dice “seguro que te las has saltado todas ya”.... Estoy en ello para quitármelo de encima... ¡pero me cuesta!

Te entiendo.

Pero no sufras. No se trata de integrarlo todo a la primera. Fíjate que tampoco sucede así con otros aprendizajes: en matemáticas vamos aprendiendo poco a poco, también en arte, o en lenguaje o en informática...

En el despertar interior también se produce, muy a menudo, un aprendizaje gradual.

Y no es imprescindible que lo tengamos todo perfectamente integrado para enfrentarnos a un nuevo aspecto.

De hecho, a veces los nuevos aspectos nos ayudan a asentar lo anterior o, también, pueden poner patas para arriba los conocimientos que creíamos que ya teníamos totalmente integrados.

Entonces, ¿qué actitud tomar?

Pues una muy simple: poner el máximo interés en integrar lo que ahora tengo encima de la mesa y dejar los resultados en manos de la vida.

Creo que muchas veces he dicho que los resultados no dependen de nosotros/as, pero que intentar las cosas sí.

¡Pues creo que esa es, simplemente, la actitud que nos lleva lejos!

Además, esa actitud implica un compromiso de amor hacia mí que me va a ayudar a despolarizarme cuando caiga en la dictadura de los sentimientos.

Pero... A lo mejor me estoy confundiendo, ¿el miedo es sufrimiento? ¿O el miedo me "aduerme" el yo y me genera culpa y luego sufrimiento? No sé, me estoy cuestionando un poco qué es el sufrimiento.

El sufrimiento es el resultado de no aceptar lo que vivimos.

Si no aceptamos que aprendemos a nuestro propio ritmo y que vamos a cuidarnos al margen de que seamos más rápidos o lentos que otras personas, sufriremos.

La forma que tome el sufrimiento dependerá del motivo por el cual no acepto la realidad.

Por ejemplo, el miedo surgirá si pienso que algo importante para mí lo voy a perder o no lo alcanzaré nunca.

La tristeza, en cambio, surgirá cuando crea que eso ya ha sucedido y ya lo he perdido sin remedio.

La impaciencia, por otro lado, aparecerá cuando crea que lo que ahora vivo no es tan importante como lo que luego viviré.

¿Lo ves?

¿Verdad que visto así es sencillo de entender?

Por eso, en noviembre, dijimos que analizando lo que sentíamos podíamos descubrir lo que pensábamos.

¿Y por qué es importante descubrir lo que pensamos? ¡Pues porque el origen de nuestro sufrimiento está en nuestras creencias erróneas!

No obstante digo eso, y me alegra haberme levantado con la sensación de haber pasado la tormenta, no sé si es señal de integración esto, o un inicio de integración mejor dicho ejejej

No lo sé. Posiblemente.

O quizás, que te has dado cuenta que puedes tomarte tu propio tiempo para entender y que lo importante es la promesa que te has hecho a ti mismo/a para ser fiel a la verdad y seguir avanzando. Una promesa que habla de cuidarte al margen que entiendas más o menos. Una promesa que habla de constancia en la búsqueda de la verdad al margen que cueste más o menos encontrarla.

Aunque, por otra parte, durante los sueños el inconsciente pone orden a los recuerdos del día y también es perfectamente posible lo que dices: que lo tengas más claro y más ordenado.

De hecho, si escucháis varias veces una misma clase, llega un momento en el que te das cuenta que todo lo que se dice es totalmente lógico y que lo comprendes fácilmente. ¿Por qué?

¡Pues porque ya lo estás integrando!

Sin embargo, un tiempo después puede que descubras, en esa misma lección, detalles e ideas que te habían pasado desapercibidas... ¡aprender es infinito: siempre podemos dar un paso más!

¿no es maravilloso y sorprendente?

Ahora, releiendo el dossier, veo que la percepción que tenía antes de la clase quizás era un poco exagerada, negativamente hacia mí, por lo comentado. Y veo que eso habla de mí y mi pasado (saltándote todas

las normas sociales en la vida, piratería, circulación coche, colas, impuestos porque no también, algún día u otro seguro jejej) me dice dónde debo trabajar. Pues allí voy, :)

Pues ponte a trabajar... Que, por lo que cuentas eres un peligro público: un conductor casi sin carnet que ignora las normas de circulación... ¡uy! ¡todo un riesgo!

:-)

Solo por último, sí que quería comentar que me he dado cuenta de movilizar amor, tratando muy bien a la gente, deseándoles lo mejor y todo lo que hemos hablado vaya, este "camino" lo estoy percibiendo satisfactoriamente. Estoy muy satisfecho por ese "dar".

Y al dar, eres tú quien recibes, ¿verdad?

Mira, en lo interior hay muchas preguntas.... Pero la respuesta siempre es el amor.

Y a la vez me doy cuenta que si soporto a la gente que me trata con 0 1 2 3 amor, aunque pudiera ser 10 (porque no saben que el amor que no se dan se lo quitan).

Pero me cuesta mucho cuando alguien me trata con -10, por decirlo de alguna forma.

Pues ahí ves que ya has superado ciertas "asignaturas" y ahora solo te quedan unas pocas...

Ahí tienes la muestra que solo hace falta seguir avanzando un poco más.

Hazlo con amor hacia ti y ya está. Sin prisa.

Esta también es una asignatura pendiente, no sé si se te ocurra alguna pista...

Ojalá lo anterior te sirva para contestar esta pregunta que planteas. Creo que vas bien.

A lo mejor es gente que me gustaría que me tratasen 10 como pienso que los trato yo, pero a veces me tratan -10. No lo acabo de entender, en este caso concreto es el jefe y compañero de trabajo.

Y ellos te dan la oportunidad de trabajar tu amor.

Eso no quiere decir que no intentes mejorar la relación o cambiar de empleo si así lo decides, pero gracias a su torpeza tú puedes practicar y aprender. ¿Verdad?

Y si alguna vez cambias de empleo, hazlo solamente cuando puedas desearles que sean felices. Así no será una huida, sino un marchar.

Pero a la vez me doy cuenta que si no doy importancia a esa parte "negativa" ellos me quieren más... No sé, solo una sensación

No sé si será cierta por su parte, pero sí es verdad en ti.

Cuando no valoras eso como central, puedes ver el resto de cosas positivas que, evidentemente, también tienen.

Ya sabes: cuando yo miro con amor, yo soy quien me lleno de amor.

¡Buen fin de semana a todos!

¡Sí!

Hemos nacido para disfrutar, para aprender a ser felices, aprender a mantener la paz interior y aprender a amar. ¡Aprovechemos también el fin de semana para ello!