

Paso 2A: Aceptación de la RExp (Paso crítico)



Objetivo

Que el explorador salte toda resistencia a su RIN y la acepte, dejándose integrar a ella hasta experimentarla total y cómodamente.

Discusión

Paso 2A es aceptación. **Aceptación de la RIN es el punto clave.** El explorador realmente necesita tener la voluntad de hacerlo, de aceptar su RExp, porque si no, va a quedarse atorado ahí, en Rxx y drama.

Quieres que el explorador llegue a aceptar a su RIN como acepta las realidades de: No puedo volar. No puedo atravesar paredes.

La persona resiste una ID negativa porque cree que realmente es eso. La toma muy en serio: realmente cree que es tonto, fracasado, menos o malo. Deja que un solo incidente o una sola falla definan quién es a partir de ahí. Generaliza de una sola activación de “no sé”, “no puedo”, “no valgo” o “fui malo” a todo su ser y a toda su vida. En su niñez, usualmente ni siquiera fue su falla o su culpa que no pudo aprender, sino fue fracaso de los padres, de los maestros y/o de las escuelas.

Un explorador listo para CDTA ya tiene experiencia en CDTB de tal manera que ya no debe tener NDS o Rxx, o debe poder manejarlos muy rápidamente. Si tiene mucha Rxx, o sigue en víctima y drama, no va a funcionar la CDTA—va a seguir energizando el negativo; hay que regresarlo a CDT Básica.

Al aceptar, el explorador termina todo el “no me gusta”, víctima, drama, malo,

NDS, etc. Mientras siga en resistencia, el explorador seguirá energizando negativo y se quedará atascado en esa experiencia y energización de lo negativo. La aceptación pone fin a la resistencia y libera al explorador de estar atascado en lo negativo para que pueda proceder a lo positivo.

Resistencias: Si notas que el explorador está incómodo en el RIN, o si te reporta Rxx (no me gusta, no quiero ser/sentir, NDS, malo): valida su reporte y regresa su atención a la aceptación. **Como piloto, no quieres procesar Rxx si es posible evitarlo.** Sé “la pared”—en **transparencia**—en volver a confrontarlo con **que ya es así, ya tiene esa RIN, no sirve de nada no aceptar la realidad.**

Asegura que el explorador no tiene la realidad que si acepta su RIN, va a caer en ella otra vez en el futuro. Esto no es verdad, al contrario: su Rxx causa Perxx.

Resignación versus aceptación: Como piloto tienes que diferenciar entre resignación al negativo y la aceptación e integración. **Un explorador puede estar en resignación a sus RINs.** Algunas personas se han resignado a que siempre van a ser así (sus RINs). Hay que sacarlos de esto. Si sospechas resignación, la lingüística es: “Dime si te sientes resignado, que nunca vas a poder salir de tus RINs, que nunca va a cambiar tu experiencia.” Si el explorador dice que sí, lo guías nuevamente a liberar esa RExp y cambiarla a responsabilidad y poder cambiar.

Hay muchas entradas para ayudar a la aceptación y cada una tiene su lingüística:

- Aceptar la realidad
- Usar la voluntad y quitar la Rxx
- Leyes de polaridades
- Atacar la opinión de malo
- Dejarse ser humano
- Soltar el pasado

Lingüística

Lingüística para manejar Rxx y lograr la

aceptación

Lingüística clave: Concéntrate en usar la palabra “aceptar”. Aceptar lleva implícito el sentir, la experiencia, e instruye al explorador a sentir sin Rxx.

Lingüística general para comenzar la aceptación: Lo que te atasca en el negativo, no es el negativo sino tu Rxx a ello. Te liberas aceptándolo. Una vez que aceptas tu experiencia, te liberas para cambiar a todo lo positivo que deseas.

Ahora hay solo dos caminos: Puedes seguir resistiendo la verdad y creando drama, o puedes aceptarla y cambiar quién eres. ¿Cuál vamos a hacer aquí? Porque si es resistir y drama, no necesitas de mí como piloto.

Si tienes la realidad de que si aceptas tu RIN, vas a caer en ella otra vez en el futuro, suelta esa realidad. Esto no es verdad, al contrario: es tu Rxx que causa su Perxx.

¿Cuántas cosas no puedes hacer? ¿Puedes nadar? ¿Volar un avión? ¿Navegar un barco? [Cualquier tema que no pueda hacer el explorador]. ¿Eres tonto por no saberlo? ¡No! Es natural, nadie lo sabe todo. Observa que no saber algo no te hace [su RIN de anti-sabiduría]. Que eres así no es la verdad y para liberarte, todo lo que tienes que hacer es aceptar tu creación.

Preparación para el futuro: Siempre van a haber cosas que no vas a [saber / poder hacer], porque así es la vida; nadie sabe todo, nadie puede hacerlo todo. No ganas nada resistiendo la realidad excepto persistencia y dolor. Relájate y acepta tu experiencia. ¿Cuánto tiempo más vas a seguir golpeándote la cabeza contra la pared resistiendo tus propias realidades? (Si el explorador insiste en Rxx y drama, termina la CDTA y vuelve a CDTB a trabajar su Rxx hasta se canse).

Lingüística para aceptación

1. Voluntad

Rxx es voluntad negativa. El explorador puede quitar su voluntad negativa y usa voluntad positiva para aceptar sus RExps.

- A. Tú eres voluntad. Simplemente quita tu [“no me gusta”/ Rxx / NDS/ malo] con tu decisión de hacerlo.

- B. Decide dejar de resistir y acepta la verdad de tu experiencia.
- C. Disuelve tu Rxx. Relájate y ábrete.
- D. Observa que ya tienes el [no saber / no poder / no valer / malo]; ya eres así. Solo te falta aceptarlo. ¿Podrías ser honesto contigo mismo y reconocer que [no sabes / no puedes / no vales / eres malo], y aceptar tu creación de eso?
- E. Nota que es irrelevante si te gusta o no; la verdad es que eres así: acéptala.
- F. ¿Cuánto tiempo más vas a quedarte resistiendo la RLQECE? ¿Cuánto tiempo más quieres drama en vez de resultados? Una vez que la aceptas puedes elegir la experiencia que quieras. No tienes que traer el [no sé / no puedo / no valgo / soy malo] toda tu vida—a menos que sigas resistiéndolo.

2. Polaridades

Sabes que la vida consiste de polaridades. Sabes las leyes de la polaridad: que no puede haber un polo sin el otro. Sabes que el negativo tiene que existir para que pueda existir el positivo. Sabes que no puedes conocer el positivo sin haber vivido el negativo. Pero no tienes que seguir viviendo el negativo. Esto lo haces resistiendo el negativo. El sabio no resiste los negativos. Tu cambio comienza con aceptar lo negativo. Simplemente decide soltar tu Rxx, de relajarte y abrirte tu experiencia.

Eres un ser humano en un universo polar. Siempre existirán y siempre tendrás disponibles las dos polaridades. Pero tú controlas cual vas a actualizar en tu experiencia con tu energización. Para tu energización negativa de Rxx, para que podemos ir a energización de la positiva

3. Consciencia de la alucinación de malo

¿Crees que es malo [no saber / no poder / no valer / ser malo]? ¿Crees que esa realidad no debe ser? ¿O crees que tú no debes ser [ignorante / incapaz / menos / malo]? Sabes que NDS y malo son nada más tus opiniones. Ya sabes que no hay bueno o malo, que es una alucinación. Sabes que tú puedes poner y quitar tus etiquetas. Ya sabes que tus RINs no son malas y que tienen que existir por la polaridad. Son simplemente experiencias, tus creaciones. Es momento de quitar tu NDS, tu malo y aceptar tu experiencia. Acepta e intégrate a tu experiencia.

¿Quién decide que NDS algo que ya es? ¿Quién está creando que es malo eso para ti?

4. Dejarse ser humano

¿Cuántas personas a lo largo de la humanidad han tenido esa RIN: [se han equivocado / la han regado]? ¿Crees que eres el primero, o el único en [no saber / no poder / no valer / ser malo]? Déjate ser un ser humano y acepta que tu RIN es la de un ser humano.

¿Tienes alguna idea que un ser humano [no debe equivocarse / no debe fracasar / no debe sentir el no valgo]? Eso es la experiencia humana; es la naturaleza de la vida. Tú eres un ser humano. Déjate ser un ser humano y acepta tu experiencia.

Es humano [no saber / no poder / no valer / ser malo] —todos los seres humanos lo han vivido. ¿Puedes permitirte ser un ser humano; permitirte [no saber / no poder / no valer / ser malo]? Acepta que eres humano; acepta que tienes los dos polos de todas las identidades.

- **No saber:** Date cuenta que eres un ser humano y siempre habrán cosas que no sabes. Está bien, es de humanos no saber. En amor a ti mismo, permítete ser un ser humano y no saber.
- **No Poder:** Date cuenta que eres un ser humano y siempre habrán cosas que no puedes. Y está bien, es humano no poder. Permítete, en amor a ti mismo, ser humano y no poder. Observa que ya tienes el “no puedo”, ya eres no poderoso—acéptalo.
- **No Valer:** Date cuenta que eres un ser humano y siempre habrán situaciones donde puedes sentir que vales menos que otros. Y está bien, es de humanos el no valer. Permítete, en amor a ti mismo, ser humano y vivir el valer menos cuando te sientes así. Y que es solo una experiencia irreal que te creaste o le compraste a alguien, la verdad es que otros no determinan tu valor.
- **Malo:** Date cuenta que eres un ser humano y que a veces el ser humano siente que es malo. Y está bien, es de humanos tener una experiencia de ser malo. Permítete, en amor a ti mismo, ser humano y ser malo cuando te sientes así.

5. Soltar el pasado

Observa que experimentaste [anti-saber / anti-poder / anti-valía / malo] en ese momento hace tiempo. Pero eso es el pasado. ¡Ya no es! ¿Por qué sigues arrastrándolo a tiempo presente con tu resistencia? Ya pasó, ya no está aquí y ahora; ya no existe. La única persona que lo está cargando eres tú. ¿Crees que a otros les importa? ¡Ni saben! ¿Cuánto tiempo más vas a vivir cargando eso? ¿Vas a quedarte con eso toda tu vida? Acéptalo y libérate. No tienes que cargar tus RINs para toda tu vida. En el aquí y ahora no existe tu pasado más que lo que estás cargando en tiempo presente de ello. El pasado no determina quién eres ahora. El pasado está muerto, ya no existe. Es un error estar cargando el pasado.

Cómo manejar reportes de resistencia:

Si el explorador reporta Rxx con algo como: “Es que no me gusta; es que no quiero”, el piloto responde: “Bien, y no te estoy preguntando si no te gusta. Está bien que lo reportes, pero la pregunta es: ¿Eres así? Ya eres así, ¿no? Acepta la verdad”.

O el piloto dice:

“Está bien, entendido que (no te gusta, etc.); pero tu RIN es real, ¿no? La verdad es que ya eres así, ¿no? Observa que ya tienes esa RIN; que de nada sirve resistir la verdad. Si vas a seguir resistiendo tus RINs y creando drama, nunca vas a avanzar en la vida. Tenemos que cambiar toda tu relación con tus RINS y ese cambio comienza con aceptarlas. Mira como [no has sabido / podido / valido / sido malo]: observa lo que ya es.

Derechos reservados Thomas Michael Powell • Organización Psíquica • www.psicamica.org