

Paso 3A: Comodidad



Objetivo

Expandir la aceptación asegurando cero Rxx de tal manera que el explorador está cómodo en su RIN.

Discusión

La aceptación está completa cuando el explorador se siente cómodo en la RIN. Por ejemplo, “¿Qué experimentas/sientes con las realidades: ‘No puedo volar’ y ‘No puedo atravesar paredes’? Observa cómo las aceptas y te sientes cómodo en ellas. Hay cero resistencia. Allí están y no te importa, las aceptas totalmente como algo normal”. Así es como debe ser la relación del explorador con todas sus RExps.

En el paso de la comodidad, se puede manejar la **generalización** y el **poder del aprendizaje** para aumentar aceptación y mejorar la liberación. La **anti-valía** también tiene un manejo especial para volar la identidad; se puede manejar aquí, o en el paso 2A: Aceptación.

Manejo especial de valía

Se maneja durante la aceptación o la comodidad. La anti-valía es siempre una alucinación; no hay una medida externa objetiva de no valer. La valía difiere del anti-saber y el anti-poder porque no hay una indicación o medida externa objetiva de valía. Puedes verificar con tus resultados en el mundo que no sabes algo o que no puedes algo, pero no hay ninguna medida externa para no valer. Solamente puedes “no valer” o “ser menos” cuando tú has aceptado las ideas (reglas, estándares o valores de otros). Esas son puras opiniones y prejuicios. Opiniones

de valía son aprendidas de otros, programados por otros, por familia, la cultura, la religión. No importa qué opinen otros de tu valía, o qué estándares o valores tenga un grupo; tú eres el único que puede decidir que **tú** no vales. Observa que las opiniones y estándares de otros son sus alucinaciones que DS y NDS.

Guía el explorado a ver que:

1. Es opinión de un grupo o cultura lo que vale y lo que no. Por ejemplo, algunas culturas han celebrado la sexualidad libre de las mujeres; otras la consideran “mala” y la suprimen. Algunas personas consideran el aborto muy “malo” y que no vales si has tenido uno. Otras lo consideran bueno y necesario. En algunas culturas las mujeres rubias son valoradas como las bellas; en otras las morenas. Entre los judíos una nariz de águila se considera signo de carácter y fortaleza, en otros grupos se considera fea y se debe que operar.
2. Es una opinión de uno mismo sobre uno mismo: es puramente una creación. ¿Quién determina tu valor?

Lingüística: Basado en qué opinión o juicio, ¿calculas que no tú vales? ¿Comparado a qué y de dónde viene esa medida de valor?

- Tú eres materia divina. Ni tú determinas tu valía: eres valioso solamente por existir, por ser hijo del Creador y por ser su creación. El hecho que estás vivo ya significa que vales, porque el Creador ha decidido que existieras y el Creador no comete errores ni hace las cosas por accidente.
- Depende de ti crear tu experiencia de valía y hacerlo independiente de lo que otros ven u opinan. ¿Cómo puedes esperar que alguien más te valore si tú no te valoras? Si tú no te das valor, ¿quién crees que va a poder hacerlo? Si no te das valor, vas a radiar anti-valía a otros y ellos te van a responder así. Tu experiencia de valía depende únicamente de ti.

Lingüística

Anti-generalización

Es una cosa [no saber algo / no poder algo / sentirte menos / hacer algo malo]; es otra cosa totalmente distinta que tú decidas que [no saber algo / no poder algo / sentirte menos / hacer algo malo] determina quién eres; que tú generalices ese

incidente a todo tu ser o para toda tu vida.

Tú no eres tus deficiencias, tu fallas o tus fracasos; tú eres el ser creador y esos son solo HACERES de un momento, limitados en tiempo e importancia. Es un error generalizar de una activación y agarrarte de eso para crear quién eres. ¡Decide que ya no vas a generalizar!

Anti-saber

¿Has estado dejando que el no tener un conocimiento decida quién eres [ignorante, tonto, o menos]? No saber algo no quiere decir que eres un ignorante, o estúpido o tonto: simplemente significa que no sabes esa cosa. ¿Puedes no saber e investigarlo? ¿Puedes aprender algo si te dedicaras a aprender eso al 100%? ¿Puedes ver que hay muchas cosas que no sabes ahora (como por ejemplo pilotear un avión o física nuclear) y eso no determina que eres? ¿Puedes no poder y buscar a alguien que pueda? Acepta y suelta esa [RIN anti-sabiduría].

Anti-Poder

¿Crees que el anti-poder es quién eres? ¿Crees que eres un “no puedo”? ¿De dónde sacas esa conclusión? ¿Has estado generalizando desde un incidente de no poder o de falla o fracaso, y dejando eso decidir quién eres todo el tiempo y para todas las áreas?

Siempre van a haber cosas que no puedes. El no poder diversas cosas es natural y humano, y nunca es motivo de crearte RINs. Si has leído la biografía de personas de gran éxito (artistas, deportistas, científicos, políticos), todos han superado grandes deficiencias y fracasos. Todos persistieron fallando una y otra vez hasta que convirtieron sus fallas en su maestría. Todo ser humano tiene el “no puedo”; eso nunca determina el resultado final. Fallar y fracasar no determina quién eres. Decide que no vas a dejar que cosas externas controlen quien eres tú. Decide que vas a ser espacio a no poder algo.

Anti-Valía

¿Has estado creyendo en tus activaciones de anti-valía? ¿Has estado creyendo que esas determinan quién eres? Son nada más energías; no tienen más poder o más importancia que la que tú les das. Y les das poder e importancia cuando las

resistes. Es humano sentir el “no valgo”, pero es error creer en ello. Acéptalo, intégralo y ten la intención de soltarlo y liberarlo. Recuerda que la anti-valía es puramente una opinión tuya—nunca hay nada objetivo para determinar que alguien no vale. Como materia Divina, todo ser humano vale.

Malo

¿Por qué te sientes malo? ¿Porque no estás cumpliendo los programas de otros en algún rol [programas de tus padres, por ejemplo]? ¿O porque realmente has hecho cosas de anti-amor? (Si ha hecho cosas de anti-amor, puede necesitar el procedimiento especial de malo). No importa. La experiencia de malo es solo energía; no es la verdad de quién eres.

Checa si estás generalizando de unas activaciones del “soy malo” a creer que eso es la verdad de quién eres. Checa si has estado tomando la energía de “soy malo” en serio. ¡Despierta! Todo ser humano tiene RINs de “soy malo”. De hecho, otras personas y la sociedad tratan de controlarte con imponerte que eres malo si no cumples sus estándares. Deja de comprar un boleto en el “soy malo”. No es la verdad de quién eres: eres amor y tus intenciones son buenas. Haber hecho unos errores de vez en cuando no te hace malo. Acepta la experiencia de ser malo sin creer en ella y suéltala.

Poder de aprender (para usar en anti-saber y anti-poder)

¿Alguna vez has aprendido algo que no sabías o no podías antes? Fíjate en tu capacidad de aprender. Ahora, observa que, si al efecto de tus RINs de [anti-sabiduría /anti-poder], has estado enfocándote en el [no saber / no poder] en una sola cosa, en vez de en tu capacidad enorme de aprender. Una cosa es [no saber /no poder] algo; es otra cosa totalmente distinta dejar que eso te ciegue y te bloquee a que puedas aprender lo que [no sabes / no puedes]. Cuando no sabes algo o no das un resultado, siempre tienes la capacidad de aprender: **enfócate en tu capacidad de aprender**. Cuando se te active el “no sé”, ¡sí sabes!—sabes cómo aprender. Cuando se te active el “no puedo”, sí puedes aprender. **Tu capacidad de aprender: esa es tu fuerza**. Energiza esto.

Vamos más profundo en esto: Cuál situación es la verdad: ¿llegaste a esta vida sabiendo todo, o has estado aprendiendo desde que naciste? Haz una lista de

todas las cosas que no sabías y has aprendido. Si contamos desde que eras bebé, ¿qué tan larga sería esa lista? Nota que eres un adulto que funciona bien—has aprendido la civilización, a vivir. ¿Crees que has dejado de aprender, o que ya no puedes aprender? ¿Has visto cómo los niños preguntan constantemente “¿Y por qué?”?, ¡es porque siempre quieren saber lo que no saben!

(Ejemplo si es relevante: Un solo ejemplo reciente de tu capacidad de aprender es que has aprendido cómo funciona el Aula Virtual de la Organización Psíquica, ¿no?)

Mira lo que tienen los niños que tú has estado ignorando. Primero, la aceptación: ¿Cuánto aceptan que no saben cuando no saben algo? ¿Es un trauma para ellos no saber? ¿Tienen resistencia? ¿Tienen la idea que no saben o que no pueden aprender? ¿Tienen miedo a fallar? ¡No!—ni lo piensan; aceptan al instante que no saben y simplemente se ponen a aprender. Decide tú ahora recuperar eso.

Otra cosa de los niños: no tienen una masa RIN bloqueando su aprendizaje. Tu masa RIN, activaciones emocionales y tus resistencias son un gran bloqueo a tu capacidad de aprender. El “no sé”, “soy tonto”, “no puedo”: todas las RINs son tu decisión de que ya perdiste la batalla antes de comenzar a pelear. Es llegar ante el conocimiento y el aprendizaje, cuando ya predeterminaste que no vas poder. ¿Vas a seguir viviendo al efecto de tales creencias?

¿Cuándo perdiste tu capacidad de aprender como un niño? Si puedes identificar incidentes específicos, es útil liberarlos y recrear quién eres en ellos. Si no los identificas, puedes simplemente cambiar tu plataforma sobre saber y aprender con CDTA y con tu voluntad.

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