

8 ¿Qué es Proyección ?

Para contestar su pregunta acerca de proyección, necesitaba más información sobre como la mente establece lo que ve. Una vez que su realidad ha sido estructurada, la mente tiende a ver solamente en términos de su propio contenido y a través de sus filtros preprogramados. Tiende a poner los significados que en cualquier cosa similar a su pasado. A un martillo, el mundo entero le luce como un clavo.

"¿Qué es esto, Richard?"

"Una casa, claro"

"La verdad es, que son solamente líneas en el papel. Un hombre de la selva que ha vivido solamente en cuevas, no va a ver esas líneas y decir, 'oh', a esa casa le está saliendo humo de la chimenea. 'El no tiene ese significado, esa realidad guardada en su mente. El no tiene células cerebrales que contengan esa información. Para él no hay una casa en las líneas del papel.' Casa' es una realidad contenida y proyectada hacia afuera por la mente del observador y solamente un observador con una casa en su pasado le va a llamar a las líneas en el papel una casa.

"¿Tú quieres decir que no hay nada allá afuera ¿Qué está todo en mi mente?" Richard lucía frustrado.

"No, las líneas en la página están ahí, el mundo externo existe. Lo que trato de decir es que hasta que estemos conscientes, el mundo objetivo solamente un cuadro sobre el cual nosotros proyectamos ó colgamos lo que hemos archivado en nuestras mentes.

"Imagínate un niño cuya vida hogareña fue miserable, una vida de un abuso severo. Si él ve estas líneas en el papel, ¿Qué podría pasar ? Su presión arterial se le podría elevar, los ojos se le salían ligeramente, y él se pudiera preparar para correr. El le ha dado a las líneas un significado de su pasado –un significado contenido en su mente.

"Otro niño a el que le encantaba acostarse en el sofá enfrente a la chimenea mientras el padre y la madre le pasaban la mano por la espalda ve las líneas en la página, se imagina una comida riquísima y eventos familiares pueden surgir según ella proyecta el significado que su mente contiene sobre el cuadro idéntico al anterior. Su mente no genera un motivo para correr."

Richard estaba comenzando a comprender el concepto sutil de que una realidad vista a través de una mente es interna a la mente que percibe. El me suministró su entendimiento de que según tu miras las líneas del papel, tu mente instantáneamente les da un significado; las líneas en sí no tienen otro significado sino el que la mente proyecta. Yo completé este aspecto de la discusión con la idea, otra vez, de que la proyección viene de la creencia de que alguien es responsable por lo que sale de tu mente. Cuando esa creencia es sostenida, la mente usa cualquier información interna que ha sido activada por otro para construir una realidad acerca de la otra persona. Nuestro atributo de negar y

suprimir se presenta como parte de la imagen que nuestra mente fabrica en ellos. La mente documenta con éxito que nuestro dolor les pertenece a ellos—ellos son la causa de lo que nosotros sentimos.

"Verdaderamente la mente es un prisma por el que visualizamos la vida. Si hay alguna distorsión—de cualquier clase de resentimiento o emociones negativas—ese resentimiento o emociones negativas nubla nuestra percepción y colorea nuestra manera de ver el mundo. Esto es el porque la Primera Ley de Ver es Amor.

Una mente que constantemente sostiene la condición de Amor, a pesar de la circunstancias, no distorsiona y es incapaz de proyectar.

"Cuando hay una proyección en la mente, nosotros vivimos dentro de su significado. Si alguien que remotamente se parece a una persona contra la cual tenemos una querrela nos viene a la mente A través de los sentidos, nosotros instantáneamente proyectamos nuestra realidad en ellos. Nosotros tendemos a creer que son ellos la fuente de nuestras querellas y dolor en lugar de aceptar responsabilidad por el contenido de nuestras mentes. Esto bloquea la habilidad de sanar lo que otros activan en nosotros y nos llevan a experimentar las mismas realidades repetidamente. Solamente cuando nosotros tomamos responsabilidad es que podemos cambiar las fundaciones de nuestra percepción.

"La negación mantiene la fuente de nuestro dolor oculta. Nosotros, como seres humanos, generalmente somos enseñados a actuar en nuestras relaciones en una forma que nos garantice un ciclo de experiencias repetidas El primer paso en mantener el ciclo funcionando es negar involucración alguna en la causa de nuestro dolor . Entonces acusar a otro e instruir a esa persona en como debe cambiar. Si el castigo no trabaja, frecuentemente nos vamos o los sacamos de nuestras vidas. Esta formula está garantizada. Si la usas, tu puedes estar seguro que alguien que sabe exactamente como llegar a las partes ocultas de tu mente va a estar muy pronto tocándote a la puerta . . .de NUEVO!

"Es interesante notar que nosotros proyectamos para evitar el dolor y haciendo esto encerramos dentro de nosotros mismos justamente lo que estamos tratando de evitar. Esta es una buena definición de locura."

PENSAMIENTO CLAVE—La proyección resulta de la creencia de que otro es responsable por mis pensamientos, mis sentimientos, mi realidad—y lo que sale de mi mente.

Richard muy pausadamente me dijo, "Si yo entiendo correctamente , al culparte a ti, yo espero que tu seas responsable por mi realidad a pesar de que todo viene de mi mente .Si yo trato de controlarte castigándote, yo me estoy engañando a mi mismo en creer que cambiándote a ti yo nunca seré forzado a experimentar mi dolor de nuevo. ¿Es eso lo que tu estas diciendo? "

"Si. Cambiando a otro tu realidad no va a cambiar—no puede cambiar. Solamente tu puedes iniciar y llevar a cabo ese proceso, solamente tu puedes cambiar lo que hay en tu mente. También se necesita mucha energía para mantener la mentira de la proyección en su lugar y para prevenir que la Verdad entre en tu consciencia."

"Puesto de esa manera, michael, puedo ver que el conflicto esta en mi propio Pensamiento Yo estoy tratando de lograr una meta inalcanzable y me frustró tanto que me quedo exhausto. Eso es tan obvio ahora y puedo ver lo que ha estado chupándose Mi energía!" él reflexionó. "Un amigo que es un médico me dijo que la queja mas comun que él oye es acerca de falta de energia. El la llama fatiga crónica. Es como si yo hubiera estado cargando una tonelada en mis hombros!"

La tendencia de Richard de huir del conflicto nos proveyó con un ejemplo para examinar las mecánicas de proyección en su vida. Yo expliqué: "En una relación basada en proyección , cada uno cree que el otro es responsable por sus proyecciones y las lleva Escondidas, sin sanarse causando molestias, como una carga. Como resultado, cada mente tiene un cuadro distorsionado de la que está pasando en la actualidad. Esta distorsión resulta del Bloqueo de la Verdad. La mente proyecta sus propios errores en otros y no puede ver la Verdad acerca de ella misma."

"La mente ha usado inconscientemente su información escondida para construir su imagen de `ellos.` Entonces nosotros pretendemos que la imagen de nuestra mente sea un cuadro del mundo de afuera verdadero y correcto, cuando es solamente un cuadro verdadero y correcto de lo que está pasando dentro de nosotros. Es solamente una proyección de una condición en nuestras mentes."

"Cuando la proyección ocurre, cada persona a espera que los otros sean responsables por sus pensamientos y realidades. Cada uno, en efecto, quiere que el otro cambie su su mente. Como resultado, cada mente distorsiona su cuadro de la actualidad. La distorsión resulta por un Bloqueo de la Verdad, que es inherente en el acto de proyección. La mente bloqueada experimente impotencia porque esta desconectada de la Verdad, no porque la otra persona tenga en poder. Nosotros no nos hemos ayudado cuando proyectamos, porque nos hemos desconectados de la parte de nuestro sistema de creencias que necesita sanación."

Richard casi explotó de excitación según expreso sus pensamientos. "¡Tu quieres decir que es todo un trabajo interior!" dijo cariñosamente. "Mientras yo siga proyectando—y siga pretendiendo que tu eres responsable por mi realidad—yo bloqueo la Verdad. ¿Estando sin contacto con la Verd ad está en la raíz de mis sentimientos de Impotencia ¿Una vez que yo entienda que el seguir amarrado a eso me hace estar experimentando el mismo libreto doloroso, me puedo escapar del ciclo usando herramientas?"

"¡Esto está comenzando a tener sentido! Estoy sorprendido, estoy comenzando a sentirme esperanzado—como que hay algo que puedo hacer!" el continuó, su voz sonaba algo mas ligera. "Yo siempre me he sentido con terror alrededor de mujeres, y nunca pude entender

como me podía sentir tan indefenso en frente de alguien que tenía ocho pulgadas menos que yo y pesaba sesenta libras menos."

"Ahora, veo como cada vez que yo sostengo una realidad con la creencia de que yo soy indefenso, cualquiera que active esa realidad en mí me puede hacer creer que yo soy indefenso ¿no es verdad?"

Richard estaba muy cerca en su entendimiento. En verdad nadie puede hacer que otro sienta nada. Sin embargo, otros pueden activar el mecanismo interno, y lo que está ahí va a aflorar. "Richard si tú tienes una realidad llamada 'impotencia' y alguien estimula esa creencia acerca de ti mismo, tú vas a experimentar los efectos de esa creencia como sentimientos de impotencia. Date cuenta de que tú sientes algo porque esa realidad está en ti. Nadie te puede hacer experimentar una realidad que tú no hayas creado dentro de ti.

PENSAMIENTO CLAVE—Nosotros tenemos tendencia a que no nos guste y a resistir en otros lo que suprimimos en nosotros mismos.

"Si tú los confundes con la causa de tu realidad, de tus disgustos y de tus sentimientos, tú vas a parecer una 'víctima' de ellos y tu tendencia va a ser que no te gusten o los vas a odiar. Si tú sabes como los sentimientos están formulados dentro de ti y tomas una acción correctiva, cada situación penosa, va a ser simplemente una oportunidad para sanarte."

"¿Por qué los debo perdonar? Richard bromeó

"Yo no sugerí que los perdonaras, Richard, yo sugerí que perdonaras las realidades en tu mente. El Perdón Verdadero no significa usar clemencia con otro; tú no puedes perdonar a nadie por nada. El Verdadero Perdón es una herramienta para cambiar realidades en tu propia mente, pero yo deseo atender este tópico con mayor detalles más tarde.