

12 HOLDING A SPACE OF LOVE

"El mejor ejercicio que yo conozco para practicar y fortalecer tu habilidad de mantener un espacio de Amor es cerrar los ojos y permitirte el quedarte tranquilo. Con tu consciencia enfocada adentro, piensa en eso que inspira en ti el mas Cristalino , fuerte y mas poderoso Amor que tu seas capaz de sentir. . ."

" ¿Qué pasa si no siento nada?" El interrumpió.

"En mis talleres de trabajo , Richard, con frecuencia hago la siguiente pregunta, ¿Tu recuerdas cuando tu viste la manera en la que las personas alrededor tuyo vivían sus vidas y te preguntaste si las cosas estaban supuestas a trabajar así? La mayoría de las personas respondieron un resonante 'Si'. Cuando se averiguo más, casi todo el mundo dijo que recordaban que la vida se trataba de Amor, de estimarse de ayudarse. Cada uno entonces contó como ellos se cortaron del Amor.

"Cada generación de niños es seducida en entregar su experiencia de un mundo basado en el Amor. Ellos cambiaron esto por un mundo controlado por el miedo, ira y manipulación. A ellos se les dice con frecuencia que este intercambio es la única forma de conseguir ' cosas' y 'tener éxito' en el mundo 'real'. Las enseñanzas Arameas antiguas nos prevenían de tener cuidado de no permitirnos 'conformarnos Con este mundo.'

"Si con frecuencia nos permitimos caer en las maneras del mundo, nos cortamos del Amor. Y entonces sentimos un vacío cuando de nuevo queremos retornar a la experiencia del Amor, como hacemos en este ejercicio. Si tu continuas practicando, a través del tiempo, la experiencia de Amor crecerá.

" Una vez que sientas Amor, imagínate intensificándolo hasta que llene cada célula de tu cuerpo. El próximo paso es abrir tu ojos y te imaginas extendiendo ese Amor hacia afuera a través de tus ojos a alguien o a alguna situación en tu mundo."

"Otro paso es envolverte tu en ese Amor y, cuando sea posible, mírate en el espejo Invierte algún tiempo en este ejercicio y pronto vas a encontrar que Amor, Consciente, Activo y Presente va a formar parte de tu vocabulario y de tu vida!"

La primera vez que Richard me llamó, iba en camino hacia el oeste a comenzar una nueva vida. Entonces me preguntó si una solución mas simple no sería solamente mudarse. "Después de todo" el pensó en voz alta, si no hay nadie que active el dolor, la vida está bien."

Para muchas personas la cura geográfica es una opción, pero es solamente una solución temporal. El problema con la cura geográfica es que nos llevamos a nosotros mismos y a toda nuestra estructura de realidad con nosotros y atraemos situaciones similares como resultado. Huir no trabaja porque la realidad dolorosa es llevada adentro por la persona que corre. La única solución permanente es comprender y sanar lo que está en la raíz de

la estructura de realidad que está causando el dolor. Manteniendo un espacio de Amor mientras que la realidad que lo sostiene aflora es como se sana.

PENSAMIENTO—CLAVE –Mi Compromiso que está en la parte de atrás de este libro es una clave mayor en el proceso de sanación. Es un conjunto de herramientas que muestra como desarrollar un espacio de Amor en relaciones con nosotros mismos y con otros.