

Soy lo que soy, amor propio... la mentira definitiva

Conferencia de Niek Brouw

29 de noviembre de 1990

Copyright Niek Brouw

La selva de nuestras emociones

Tengo tres hijos. Y tocan música pop. Hay una canción en particular que me impactó enormemente: la música de *Graceland* y se titula "Welcome to the Jungle" (Bienvenido a la selva). El diccionario define la selva como un bosque impenetrable. En los pueblos situados a lo largo del bosque, la gente pasa de largo ante la selva porque no se atreve a entrar en ella. Ocurre lo mismo con la selva de nuestras emociones. No nos atrevemos a entrar; es peligroso. Hay serpientes luchando entre sí. Cosas aterradoras, y nos quedamos fuera. Pero mientras tanto, esa selva existe. Si no la llegamos a conocer, permanece dentro de nosotros como una bomba atómica que más tarde puede explotar en una enfermedad psicológica o física, o causar conflictos si hubiéramos conquistado un pedazo de ella.

¿Cómo entramos en ella (la selva de las emociones)? Eso solo se puede hacer paso a paso. No se puede entrar corriendo sin mantener antes los ojos y los oídos abiertos de una manera diferente a la que estás acostumbrado en un pueblo tranquilo. Por lo tanto, tus oídos y tus ojos deben estar bien entrenados para sobrevivir y encontrar tu camino en la selva.

Shocks (Impactos emocionales)

¿Cómo se crean las selvas en nuestro interior? Se crean por shocks. Defino un shock psicológico como una alteración inimaginable de tu realidad. Esa realidad es, en verdad, tu sentimiento óptimo de libertad y alegría en ese momento. Se puede comparar con un rebaño de ovejas. Se acerca un león y se come a una oveja. Para una oveja, es inimaginable, incomprensible, que haya animales que coman carne. Algo similar nos puede ocurrir a nivel psicológico, y a eso lo llamo shock. Tu realidad se ve alterada.

Luego, surgen una serie de reacciones naturales en respuesta a ese shock:

1. **Sorpresa:** Primero nos sorprendemos, porque nunca hemos experimentado nada igual. Sorprendidos: no puede ser verdad que haya animales o semejantes que te hagan algo así. Pero es verdad.
2. **Duelo / Tristeza:** Y luego viene la siguiente reacción: el duelo o la tristeza.
3. **Ira / Impotencia:** La siguiente reacción que puedes experimentar es ira o impotencia. La impotencia es en realidad lo mismo, porque es ira dentro de ti mismo que no expresas. La energía es la misma. Lo mismo ocurre con la desprotección.
4. **Miedo / Pánico:** El siguiente paso es el miedo, el pánico. Porque una parte de tu Ser es amputada. Ya no puedes vivir en libertad. Y a través de la repetición del shock, ya no puedes volver a ella.
5. **Negación:** No se puede vivir con miedo y pánico; consume demasiada energía. Por lo tanto, después comienzas a negar que alguna vez tuviste esa realidad. Esa

parte amputada se mete en un búnker y no se la muestras a nadie. Cada vez que alguien le dé una patada, construirás un nuevo muro a su alrededor. Porque ya no crees en esa realidad; causó demasiado dolor.

Solución: El camino de regreso

Si has experimentado un shock, tus reacciones naturales son, por lo tanto:

- Estar sorprendido
- Duelo / Tristeza
- Ira o impotencia (= ¡energía que no expresas!)
- Miedo - pánico (conciencia estrechada)
- Negación. Una parte de ti mismo ha sido amputada. Se niega la realidad.

Esa es la parte más difícil: volver a esa realidad. Porque una vez que la recuperas, te pueden volver a herir de esa manera horrible, alterando tu libertad y tu alegría. Y caminas por la vida solo a medias, habiendo creado una selva en la que ya no te atreves a entrar. Esas son emociones naturales. Por lo tanto, la única manera de volver a encontrar esa realidad es regresar a través de esas emociones naturales.

¿Cómo puedes pasar de ese miedo, ira, impotencia, duelo y sorpresa de vuelta a tu realidad original? Porque la sociedad también dice: "No deberías estar enfadado. ¿Tienes miedo? Te consolaré." Y te lo quitan, y vuelves a estar en la negación. Y nunca puedes alcanzarlo.

Las personas que te consuelan durante ese proceso de shock o te ayudan a hacer desaparecer ese complejo de miedo o ira, probablemente tengan miedo al miedo ellas mismas. No puedes salir de ahí a menos que te atrevas a pasar por esta secuencia. En otras palabras, socialmente hablando, estos "enemigos" son tus amigos para resolver tu shock. El camino de regreso.

Camuflajes de los shocks

- **Inquietud:** Pero somos muy astutos. Porque camuflamos esos sentimientos. A veces tenemos un día en el que nos sentimos inquietos. Las cosas no van bien hoy. La inquietud es entonces un eufemismo para el miedo y el pánico. Puedes cortar esa inquietud saliendo y entreteniéndote, yendo al cine, y se vuelve a ir. Y estás de nuevo en la negación, lejos de tu realidad original. Cuando te encuentres con esas emociones, simplemente míralas y no huyas de ellas. Entonces tendrás la oportunidad de alcanzar tu libertad original. Una vez que aprendes a conocer la selva de nuevo, conoces el camino en la selva y ya no tienes ansiedad. Ya no estás impotente y puedes manejarlo.
- **Poder:** Otro comportamiento que se deriva de esto es el poder. El poder, la guerra, los sentimientos de superioridad, la crueldad, la venganza: todos son

esencialmente derivados de los miedos. Así que presta atención también a esos fenómenos, a esos comportamientos tuyos en los que esto juega un papel.

Un sentimiento de inferioridad es en realidad una forma de ira, de impotencia. Solo cuando alcanzas tu duelo estás de nuevo cerca de tu alegría. La negación es un punto completamente ciego.

Cuando tienes miedo, tienes una conciencia estrechada. Solo ves ese objeto de miedo. Con la ira, tu campo de visión se ha abierto un poco más; con el duelo, aún más, y ya puedes sentir la alegría en el horizonte. Solo entonces estás fuera del shock y puedes ser quien eres.

Mientras todavía tengas rasgos de shock en tu personalidad, nunca podrás ser verdaderamente "yo soy quien soy". Porque entonces solo eres una parte de tu conciencia y de tus posibilidades. En otras palabras, tu realidad es una ilusión.

Las posibilidades humanas

¿En qué áreas podemos experimentar un shock? Para entender eso, debemos saber de qué es capaz un ser humano. En la medicina antigua, el ser humano consta de cuerpo, mente y alma, palabras que hoy en día nos cuesta un poco utilizar. Pero esto es esencialmente lo siguiente:

- **Cuerpo:** Tenemos una forma, una superficie; ese es el cuerpo.
- **Mente:** Tenemos un contenido (mente).
- **Alma:** Podemos ser espontáneos (alma).
- **Forma:** La forma es la capacidad de saber/conocer.
- **Sentimiento:** Solo podemos percibir el contenido de un ser humano a través del sentimiento.
- **Espontaneidad:** Ser espontáneo.

Tenemos estas tres capacidades. No podemos hacer más: saber, sentir y ser espontáneos. Esto está vinculado a nuestra postura corporal. Lo sabemos por los niños:

- **0-6 años:** Hasta los seis años aproximadamente, un niño es predominantemente un tronco. Y el tronco es nuestro ordenador de los sentimientos. En el cuerpo, tenemos el tronco para el sentimiento. Un bebé es básicamente solo un vientre. Solo puede atraer sentimientos hacia sí mismo, porque aún no puede saber, y el sentimiento es algo que debe aprender. Así que primero debes ser capaz de traer el sentimiento hacia ti. El tronco tiene que ver con el sentimiento: la capacidad sentimental de los seres humanos.

- **6-12 años:** Dar forma, el saber, se hace con las extremidades (estructura ósea). Solo a los 6 o 7 años las extremidades pueden funcionar para dar forma o saber: traer cosas hacia uno mismo.
- **12-18 años:** Y el alma, la espontaneidad (lo sé por la Kundalini, la Vara de Esculapio) es toda la columna vertebral (la médula espinal). La columna vertebral está relacionada con nuestro comportamiento espontáneo y también con nuestras hormonas, que pueden inducir una cierta forma de espontaneidad en nosotros.

Así que tenemos el saber, el sentir y el ser espontáneos: extremidades, tronco y columna vertebral. Y durante nuestro viaje de los 0 a los 18 años, o incluso dentro del útero materno, integramos todas estas facetas en una unidad dentro de nosotros mismos.

- De **0 a 6 años**, se desarrolla el sentimiento.
- De **6 a 12 años**, se añade el saber, separado del sentimiento. Se puede ver claramente en los niños sentados en los pupitres de la escuela. Los niños tienen una postura completamente diferente a cuando salen de la escuela. Entonces sus sentimientos y emociones se liberan, dándoles una postura corporal totalmente distinta.
- Y de **12 a 18 años**, comenzamos con el saber, el sentir, las hormonas y la columna vertebral, dándonos la forma correcta: saber, sentir y ver.

A través de la pubertad, esto puede fusionarse en una sola unidad: saber, sentir y espontaneidad —Cuerpo, Mente y Alma de ti como individuo único. Los shocks son traumas que se originan en el exterior y hacen que ya no estemos completos en nuestro potencial total de saber, sentir y espontaneidad.

Ejemplos de shocks

- **Shock G (Sentimiento):** Para un niño de 4 años, su realidad es el sentimiento. Puede entrar en shock en esa área. No en su saber, porque aún no sabe nada. No en su comportamiento espontáneo, porque aún no puede producirlo; todavía es dependiente, demasiado vulnerable. Su instrumento —el cuerpo— aún no está listo para ser espontáneo. Pero su sentimiento sí puede entrar en shock. Esto ocurrió a gran escala en los campos de internamiento japoneses. Si terminas allí como un niño de 2 años, tu realidad se ve alterada. Tu libertad emocional, que se te dio como ser natural (naces con una libertad y alegría naturales), se ve alterada, volviéndose inimaginable. Porque tu ser interior dice: "Se me permite sentir". Y de repente, debido a las reglas del campo, ya no se te permite sentir y debes empezar a dar forma, mientras que tus extremidades y tú mismo aún no están listos para ello. Entonces tu sentimiento entra en shock y colocas un enorme búnker alrededor de tu capacidad de sentir. Y ya nadie puede alcanzarlo. El saber y la espontaneidad aún pueden crecer, y solo creces basándote en el saber y la espontaneidad si tienes suerte. De lo contrario, das una impresión

muy antinatural, funcionando solo a partir de un patrón de comportamiento adquirido sin que quede un verdadero "Ser propio" en él.

- **Shock L (Forma):** Si en la escuela primaria siempre se burlaban de ti delante de la clase cuando tenías que expresarte o dar una respuesta, toda tu expresión — la manifestación de ti mismo— puede entrar en shock. Y amputas esa parte y comienzas a idear técnicas de compensación para camuflarla. La gente se mete más hacia dentro, siente más internamente y amplía eso, haciéndose más fuerte en ello para defenderse de una discapacidad, de una parte amputada. Para mostrar a todos que ya no tienen esa pieza, de modo que nunca más pueda ser herida. De hecho, crecen de lo conocido a lo conocido.

Entrada y Salida (Input y Output)

Podemos entrar en shock en estas tres áreas. Estas tres áreas tienen dos direcciones: una salida (output) y una entrada (input). Siempre podemos ir hacia dentro y hacia fuera. Eso es la vida. Si nos quedamos quietos y dejamos de movernos, ya no estamos viviendo. Puedes entrar en shock en estas tres facetas tanto a nivel de entrada como de salida.

De lo conocido a lo desconocido

El verdadero crecimiento es de lo conocido a lo desconocido. Cada vez, solo entonces experimentamos un crecimiento natural. ¿Pero qué hacemos? Tomamos nuestras habilidades y las hacemos cada vez más fuertes, como un muro alrededor de un castillo.

Alguien que quiere camuflar su sentimiento querrá saber cada vez más. Hará más cursos, estudiará más. Porque cuanto más sabe, mejor es su fortaleza para mantener ocultos sus sentimientos.

Lo mismo se aplica al sentimiento y a la espontaneidad. Entonces creces de lo conocido a lo conocido, en lugar de experimentar un crecimiento natural: de lo conocido a lo desconocido. Un árbol solo puede crecer hacia el cielo, que es lo desconocido.

Tan pronto como reconozcas en ti mismo que estás repitiendo constantemente lo que ya sabes y defendiéndolo, puedes apostar tu vida a que hay un shock presente en ti. Así que creces de lo desconocido a lo desconocido. Solo entonces eres libre y solo entonces puedes ser tu verdadero Ser. De lo contrario, solo eres una fracción de tu Ser.

A menudo ponemos esa parte en el búnker porque el dolor es insoportable si se vuelve a herir. Sin embargo, es una parte natural de ti mismo, por lo que sigues buscando para encontrarla. Cuando tu sentimiento está en shock, sigues pidiéndole a alguien: "Dame sentimiento". En el momento en que lo obtienes, lo rechazas. Eso es "ir de compras" (buscar fuera). Al igual que cuando un terapeuta casi ha logrado la recuperación del paciente, el paciente se va con otra persona. Porque no quiere conquistar ese último paso de libertad de nuevo. Pues su miedo a recuperar su alegría y libertad es mayor que su deseo de sanar.

¿Por qué ocurre esto?

En el momento en que experimentas un shock, tu desarrollo en esa área específica se detiene. Por lo tanto, si conoces el desarrollo del cuerpo humano de los 0 a los 18 años, a menudo puedes ver físicamente a qué edad alguien experimentó un shock.

- **Curva de la columna vertebral:** Normalmente, desarrollamos una curva en la columna vertebral durante los primeros dieciocho años. Los niños de dos o tres años tienen la columna completamente recta. Gradualmente, aparece la curva en la columna. Si a los dieciocho años todavía está recta, sabes que hubo un shock antes del segundo año. En ese momento, el desarrollo se detuvo.

Puedes ir aún más atrás, al útero materno. En un shock, ves una forma diferente de la columna o de los músculos abdominales. Se puede ver porque se detuvo. Sigues creciendo, pero la parte afectada por el shock no. Sigue siendo así de joven o así de vieja. Si es un shock de reencarnación, puede ser un shock de hace mil años. Sigues creciendo y ese componente permanece atascado en el miedo de aquel momento. La lógica no funciona. Porque ya no eres vulnerable. Ya no tienes tres años. Pero para el evento del shock, todavía tienes exactamente esa edad. No es verdad, pero no lo sabes. Está bloqueado, como un ordenador.

Nos emprendemos en un viaje; queremos saber, queremos ver. Una y otra vez. Cada vez. Lo vemos en alguien, nos pide ayuda, le damos esa ayuda —ya sea el vecino o quien sea. En el momento en que piensas: "Ahora estoy avanzando", ¡pum!, puerta cerrada. Un shock.

Un terapeuta que cura un shock es un poco como un hombre que pierde un billete de diez euros en la oscuridad y se pone a buscarlo debajo de la farola. Una persona que ha sufrido un shock sabe dónde lo perdió. Pretende que no lo sabe, y está dentro de ella. Busca y busca y busca, mientras está justo dentro de ella. Pero a nadie se le permite verlo, porque entonces se volverá a herir. Es un problema muy difícil.

Un shock es causado por el mundo exterior —a diferencia del principio de la envidia o los celos, que se origina en el mundo interior. Así que un shock se origina en el mundo exterior. Eso es también lo molesto de un shock: nunca podemos resolverlo solos. Siempre necesitamos un mundo exterior que brinde confianza, para que te atrevas a abrir tu puerta sin ser herido. Con un shock del mundo exterior, la solución es: comprensión por parte del mundo exterior. Solo cuando ese sentimiento de comprensión está presente, te atreves a abrir una ventana en tu búnker.

Paso a paso

Creo en la apertura paso a paso. Hay técnicas terapéuticas en las que te arremetes contra ello durante un fin de semana para alcanzarlo. Luego se vuelve incontrolable, con todos los riesgos que ello implica. Si le das a alguien la oportunidad de abrirse paso a paso, es controlable y manejable. Entonces no puedes cometer errores.

Lo hacemos todo a través de nuestra percepción. La percepción es nuestra única oportunidad para nutrirnos/sentirnos. La percepción es importante. ¿Qué hacemos en

un shock? En la negación, estamos ciegos y sordos. Cuando estas personas cuentan historias, escuchas lo que está pasando, pero ellas no. No lo ven ni lo oyen. Ciegos y sordos con respecto al tema del shock. ¿Qué es lo normal entonces? Abrir los ojos y los oídos para poder salir.

Capas de conciencia: Dimensiones

El ser humano es, por lo tanto, un sistema en movimiento en el tiempo. Pero los humanos son más complejos y poseen capas de conciencia. Como persona matemática, he llamado a estas capas de conciencia "dimensiones". Describiremos siete de ellas:

1. **1ª Dimensión:** La primera dimensión es simplemente dirección. Realmente no se puede definir; es un sentimiento.
2. **2ª Dimensión:** Todos conocemos la segunda dimensión. Largo $\times$ ancho es igual a superficie.
3. **3ª Dimensión:** La tercera tiene un factor más: largo $\times$ ancho $\times$ alto es igual a volumen/contenido.
4. **4ª Dimensión:** Y si tuviste un profesor de matemáticas moderno, el tiempo del reloj estaba incluido en esta 4ª dimensión. Y por lo general, ahí se detenía. Pero Einstein calculó un número infinito de dimensiones; no vamos a repasar todas esta noche, pero podemos mirar la 5, 6 y 7:
5. **5ª Dimensión:** La quinta es la aceleración.
6. **6ª Dimensión:** La sexta dimensión es el pensamiento espacial.
7. **7ª Dimensión:** Y la séptima es: el futuro.

¿Cómo podemos ver esa conciencia en el cuerpo?

- **2ª Dimensión:** Durante una obligación social, nos vestimos según la forma. Estamos allí en la forma con una copa en la mano, hablando blablablá superficial... No debería haber contenido; nos ponemos la forma. A eso lo llamo un sentimiento bidimensional. Requiere una cierta postura. Comportamiento social: no muestras tu sentimiento, tu contenido. Serías un gran político con esa postura.
- **3ª Dimensión:** Ese es un sentimiento completamente diferente a cuando estás sentado junto a la chimenea con un amigo, lo cual puede ser tan acogedor. Y luego sientes un contacto sustancial entre vosotros. Un sentimiento completamente diferente y también una postura corporal completamente diferente. Este es un sentimiento que solo puedes experimentar en el Aquí y Ahora; estás entonces en la tercera dimensión.

- **4ª Dimensión:** Si alguien mira su reloj a las 12 en punto, toda la atmósfera se rompe. La inquietud entra en la habitación. Y luego es sumamente difícil, después de que esas personas se han ido, volver a encontrar esa atmósfera tridimensional original. A veces eso puede llevar horas. El tiempo del reloj es planificación, la parte técnica, tu organización. Necesitas el tiempo del reloj para eso. Estás leyendo un libro y de repente piensas: tengo que ir a la escuela a recoger a los niños. Ese es un sentimiento completamente diferente, una postura corporal completamente diferente, etc. Está vinculado a tu propia percepción de tu cuerpo.
- **5ª Dimensión:** Llamo a la quinta dimensión aceleración. Si aceleras una partícula en la naturaleza (lo cual también puede tener lugar en un acelerador como un betatrón, un ciclotrón o similar), va cada vez más rápido. ¿Cómo se puede ver eso psicológicamente? Todos hemos tenido un problema en la escuela alguna vez y no podíamos resolverlo. Seguíamos escribiendo, hasta que en un momento dado tirabas los libros. Salías a jugar o a hacer otra cosa. Dejabas de pensar en ello y, ¡clic!: ¡tienes la solución! La solución de la nada. El pensamiento fue tan rápido que ya no podía ser seguido por palabras. Así que pasamos del pensamiento verbal al pensamiento no verbal. Pero sigue siendo pensamiento. A ese momento del "clic" lo llamo la quinta dimensión: eso es el pensamiento no verbal.
- **6ª Dimensión:** La sexta dimensión es el pensamiento espacial. Para ello, necesitas otra postura corporal. Cuando hago una percepción (porque solo podemos ser conscientes de las capas de conciencia a través de la percepción): si tengo a mi hijo en mi pantalla en este momento, he hecho una percepción espacial en el Aquí y Ahora. Porque las dimensiones subyacentes también están presentes. Entonces obtengo una percepción hexadimensional. Todos lo hacemos. Un arquitecto hace una percepción espacial antes de crear algo. Tiene una imagen de una casa en su cabeza, pero la casa aún no existe. La casa aún no se ha concretado. Eso también es una forma de pensar no verbal. Y el paso de lo telepático a la vida diaria ordinaria es muy pequeño. La arquitectura, la visión general, es la 6ª dimensión.
- **7ª Dimensión:** La séptima dimensión es cuando se añaden el espacio y el tiempo: el futuro y el pasado. Si ese arquitecto dice: "Tengo que colocar eso en unos dos años", eso también es un sentimiento completamente diferente a cuando dice: "El 2 de enero a las 16:00 debe estar terminado". "El 13 de agosto me voy de vacaciones a algún lugar" da una sensación corporal completamente diferente que "Me voy el 2 de agosto".

Propiedades de las dimensiones:

- Está vinculado a tu postura corporal. Si puedes manipular tu postura, no necesitas meditar, sino que puedes entrar en un cierto estado de conciencia simplemente adoptando esa postura.

- Todo esto tiene una entrada y una salida (input y output). Estas siete dimensiones tienen todas entrada y salida.
- Y todo contiene cuerpo, mente y alma dentro de sí.

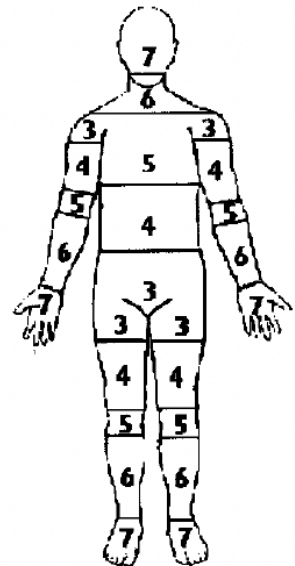
En el comportamiento bidimensional, el cuerpo será mucho más grande: un cuerpo grande con una mente pequeña y un alma pequeña. A medida que descienes hacia lo no verbal, el poder del alma (espontaneidad) se vuelve mayor, el sentimiento más pequeño y el cuerpo más pequeño. Esa es la diferencia.

En la espontaneidad, puedes pensar más rápido que en un evento bidimensional. Eso es solo largo y ancho. Eso es también lo menos cansado. Ahora también sabes por qué los políticos pueden celebrar reuniones durante tanto tiempo. No se cansan porque solo tienen que pensar en dos factores. Eso es muy diferente del pensamiento espacial, que es mucho más pesado. Si trabajas en eso durante dos o tres horas a este nivel (7ª dim.), en realidad estás mucho más cansado que después de 24 reuniones a ese nivel (2ª dim.). ¿Se entienden estas definiciones? Tienes entrada y salida. Y podemos continuar así. Luego se llega a las experiencias extracorporales, dimensiones de experiencias extracorporales, intrauterinas. Eso no es importante para esta noche.

Las dimensiones en el cuerpo

¿Dónde se encuentran estas dimensiones en el cuerpo?

- **7ª dim.:** La 7ª dimensión se encuentra justo debajo del cráneo.
- **6ª dim.:** La 6ª se encuentra en el cuello.
- **5ª dim.:** La 5ª se extiende hasta el diafragma.
- **4ª dim.:** La 4ª se extiende aproximadamente hasta la pelvis y el ombligo.
- **3ª dim.:** La pelvis con un trozo de la parte superior de la pierna es la 3ª dimensión.



Desarrollo dimensional del niño

En el desarrollo del niño, se ve exactamente lo mismo:

- **7ª dim.:** Un niño nacido sano tiene un pequeño pliegue. Aún no tiene cuello, pero irradia el futuro. Todavía no tiene mucho más, solo movilidad justo debajo del cráneo: hay un pliegue y nada más, un cuellito grueso.
- **6ª dim.:** Luego se descende; el niño comienza a mirar a su alrededor en la habitación. Aún no ve mucho, pero a través de la estimulación repetida, se produce la formación de imágenes y ves aparecer contornos en el cuello y los hombros. El niño obtiene una visión general.

- **5ª dim.:** Luego el pecho se llena.
- **4ª dim.:** A continuación, el vientre.
- **3ª dim.:** Y finalmente, a los dos años y medio o tres años, le salen esas nalgas regordetas y esa barriguita regordeta. Entonces está conscientemente en la tierra. Y eso solo es realmente posible si estás en el Aquí y Ahora. Lo cual es también el único proceso de aprendizaje como posibilidad: el lugar es aquí, el tiempo es ahora, y yo soy el centro. Eso solo puede provenir de una 3ª dimensión. Eso debe estar bien desarrollado si quieres ser capaz de aprender de tu sentimiento.
- **4ª dim.:** También se puede ver en los órganos. Están organizados únicamente desde el centro. Son todas fábricas, bien organizadas.
- **5ª dim.:** El corazón y los pulmones ya contienen aceleración. Son algo más difíciles de describir anatómicamente.
- **6ª dim.:** El cuello es muy complejo, con la garganta, la tráquea; una imagen muy espacial reside en el cuello.
- **7ª dim.:** Así que descendemos desde el año 0, cuando se estimula la 7ª dimensión. Durante un parto normal, la cabeza se gira por un momento, estimulando esos diminutos músculos. Si eso no se hace —como en un niño nacido por cesárea— no se ven como "tengo el futuro". Son mucho más pasivos en su radiancia, al igual que los bebés prematuros que no han tenido un parto normal.

Tenemos un lado ventral (vientre) y un lado dorsal (espalda). Primero, descienes por el lado del vientre, y luego viajamos a través de la parte inferior de vuelta hacia el cuello. Y vemos que la espalda en los adolescentes se vuelve cada vez más fuerte, más fuerte, más fuerte, más fuerte. Un niño de siete u ocho años no tiene mucha espalda todavía. Así que desde el frente, te giras en conciencia hacia la espalda, hasta que estás de vuelta aquí alrededor de los dieciocho años y puedes salir al mundo. ¿Es reconocible esa imagen de los niños?

- **0-3 años:** En la primera fase, hasta los tres años aproximadamente, descienes de la 7ª a la 3ª dimensión.
- **10 años:** Alrededor de los diez años, la 4ª regresa en la espalda, pero ahora como conciencia. Entonces, por primera vez, se te permite organizar tu propia fiesta de cumpleaños.
- **11, 12 años:** La 5ª alrededor de los once o doce años. Luego tienes todos esos complicados problemas de matemáticas sobre manzanas, maquinistas de tren y

edades. Tienes que hacer algo con eso; necesitas un pensamiento acelerado para ello, de lo contrario no lo lograrás.

- **12-18 años:** Y la gran edad tridimensional (de 6ª dimensión) es la pubertad. Un adolescente sano tiene una visión general de todo. Dónde están las fiestas, cómo hacer trampas mejor, qué clases te puedes saltar, qué ropa es importante, cuánto cuesta, cómo sacarle dinero para sus gastos a su papá. Lo saben todo al mismo tiempo: un gran estado hexadimensional. Y también ves esos hermosos cuellos de esos chicos. Algunos se quedan atascados en ello. Arnold Schwarzenegger todavía tiene un buen cuello. Y una vez que eso ha durado lo suficiente, entras en la 7ª y puedes elegir tu futuro.

Es una locura que los niños de doce años ya tengan que elegir un paquete de asignaturas. Ni siquiera tienen una visión general todavía. Solo están en algún lugar alrededor de su quinta dimensión. Pero si dejas que la naturaleza siga su curso, llegas allí de forma natural (yo fui un poco más tardío, eso también pasa) y puedes decir: "Yo soy el futuro". En el camino, todos esos shocks pueden ocurrir. Y entonces estás en conflicto.

Pasos sucesivos

- **3ª:** Yo soy quien soy
- **4ª:** Yo soy la organización de mi Ser
- **5ª:** Yo amo a mi Ser
- **6ª:** Yo soy la visión general de mi Ser
- **7ª:** Yo soy el futuro de mi Ser

Profundización de los pasos:

- **Yo soy quien soy:** La única fase saludable para ser eso es alrededor de los tres años. Ves a esas pequeñas personas de pie allí: "Yo soy quien soy. Yo soy el mundo". Es un sentimiento del Aquí y Ahora. Así que es una 3ª dimensión. Solo entonces tienes "Yo soy quien soy". Pero es la base. Es la base de la tierra. La tierra es un planeta de sustancia; es lento, Aquí y Ahora. Así que es la base de tu vida. Si eso está mal desarrollado, no tienes cimientos sobre los que apoyarte. Se ve mucho en América; esa 3ª dimensión está muy mal desarrollada allí. Normalmente, de los tres a los seis años, estás jugando en el Aquí y Ahora. Pero si se te da forma demasiado pronto —como vestir a una niña de dos años y medio como una muñeca porque es importante para el padre— estableces una forma antes de tener tu contenido. Y luego, más tarde, tus cimientos se tambalearán, al igual que ocurre enormemente en América. Les falta contenido. Mucho dinero, el mercado se desploma, pánico general, porque no tienen "certeza del Yo" en el Aquí y Ahora. También se ve que a través de tal confrontación con el mundo exterior, todos se han desplomado en el Aquí y Ahora. Todos los estadounidenses están en el Aquí y Ahora en este momento,

mientras que durante años nunca pensaron en ello, ni estuvieron desarrollados en ello. Yo soy quien soy. La 3ª dimensión.

- **Yo soy la organización de mi Ser:** Muy bonito, pero es solo una pequeña pieza. Porque el siguiente paso es: "Yo soy la organización de mi Ser". Así que de "Yo soy quien soy", paso a ser "la organización de mi Ser". Esa es una postura completamente diferente a la primera. La dinámica de tu personalidad entra en ella. Es una dinámica extraña. El lugar es Aquí, el tiempo es Ahora, el tiempo es el evento central. Y aquí entran las dinámicas. Vas a organizar tu vida. Si eso fuera posible una vez que tuviste el nido. La 4ª dimensión.
- **Yo amo a mi Ser:** Pero aun así no estás ahí. Luego obtienes la 5ª dimensión. Y esa es en realidad el verdadero "me amo a mí mismo". "Amo a mi Ser" es mejor. Porque es una realización: "Yo soy quien soy" es una realización. Si tienes esto, todos lo ven en ti, todos pueden sentirlo, pero nadie puede describirlo. Amo a mi Ser. Creo que hay una manipulación gigantesca con esa observación: "amarse a uno mismo". Todos los psicólogos y libros estadounidenses te dicen eso. Pero lo aprendes de la cabeza, no del corazón. Y te defiendes: "Me amo a mí mismo". Discursos enteros, pero nadie lo puede ver. Porque está en su cabeza y no en su Ser. Así que tienes: Yo soy quien soy, Yo soy la organización de mí mismo y Amo a mi Ser. Todos lo pueden ver y ya no tienes que decirlo. En ese momento, es la apertura del tórax, la caja torácica; la dejo moverse. Y me muero de miedo si está en shock, así que me me pongo así (cerrado) para que nadie lo pueda ver. Puedo pronunciar las palabras. Aquí hay un error muy grande. Lo que hace que muchísima gente entre aún más en shock si no se atreve a ir y ser y mostrar ese pedazo de libertad.
- **Yo soy la visión general de mi Ser:** Después de eso, obtienes: "Yo soy la visión general de mi Ser". Luego obtienes esto. Tengo la visión general, lo siento, el cuello/garganta. Algunos no tienen nada allí, pero luego usan un cuello y una corbata, y así pueden evitar hábilmente ver lo que hay debajo. Y solo se cuelgan aquí. Y si les hablas de "Yo soy quien soy", su realidad es solo la 6ª dimensión. El resto no está allí. No lo pueden ver porque el resto está en shock.
- **Yo soy el futuro de mi Ser:** A continuación obtienes: "Yo soy el futuro de mi Ser". Eso es muy aterrador de mostrar para muchos. Si alguien muestra eso, la competencia llega y se apodera de tu imagen. En esto, siempre somos muy moderados y sombríos. Los planes futuros —si no eres verdaderamente eso— se ocultan en tu expresión. Si eres quien eres, también debería estar en tu comportamiento, tu lenguaje corporal, tu radiancia. Y el futuro, la 7ª dimensión.

Dos direcciones: Entrada y Salida (Input - Output)

En dos direcciones: "Yo soy quien soy" en este dominio, como entrada, como estado de Ser, puede que lo hayas desarrollado bien, pero tal vez no la salida. Tal vez eres tu Ser, pero no la salida de tu Ser. O viceversa. Pero también puedes estar frustrado en tu expresión en todas las capas.

Aquel ejemplo de ese niño que siempre se caía de bruces cuando se expresaba delante de la clase: ya no puede realizar su salida en ninguna línea. Así que podrías haber tenido un shock en cada componente individual, y a lo largo de toda la secuencia en una salida o en un componente de cuerpo, mente y alma. Todo eso es posible. Es un evento muy complejo llegar finalmente a tu "Yo soy" total.

Cuerpo, mente y alma. Entrada y salida en cada línea (dimensión): solo entonces puedes empezar a hablar de "Yo soy quien soy" y "Me amo a mí mismo". Hasta entonces, es una mentira. Si estás en un shock, también defiendes esa mentira. Y nunca alcanzas tu potencial total. Sin embargo, la naturaleza fue creada para ser feliz. Sin embargo, la naturaleza está ahí para crecer y desarrollar tus potenciales totales. Esa es tu fuerza.

Shock en C M A (Cuerpo - Mente - Alma)

- **C (Cuerpo / Saber / Forma):** Si no deseo desarrollar mi saber en esa línea porque está en shock debido a un trastorno del desarrollo: Si te da polio entre los seis y los siete años, en un momento en que estás interiormente listo para saber, para dar forma, entonces tu subconsciente se impresiona al nivel del saber. A los 6 años ya. Así que en todas tus líneas congelarás por shock tu saber, tu dar forma. No tienes objeción en dejar que ese sentimiento crezca, dejar que el conocimiento emocional crezca. Pero para darle forma, sigues siendo conservador. A veces recibes un cumplido: "qué tímido tan simpático es". Pero de hecho, no puedes hacerlo. Lo has amputado. En todas las líneas (dimensiones) en ese factor.
- **M (Mente / Sentimiento):** Eso, por supuesto, también puede suceder con respecto al sentimiento. El niño del campo japonés: el sentimiento fue completamente amputado allí.
- **A (Alma / Espontaneidad):** Y la espontaneidad: si eso es reprimido continuamente por el calvinismo u otros rituales familiares. Si también quieres desarrollar esa pieza, también puedes estar discapacitado en ella.

Solo abriendo los ojos y los oídos puedes volver a encontrar esas piezas.

¿Qué te falta a ti?

Me parece muy importante que pienses en lo que te falta. ¿Cómo lo descubres? Aquello en lo que siempre te están dando patadas.

Alguien que amputa su saber siempre recibe patadas en su forma. Siempre sale perdiendo, la policía lo para, etc. Alguien que amputa su sentimiento siempre recibirá patadas en su sentimiento, etc. Así que dondequiera que se te den patadas recurrentes, ahí es donde estás en shock.

Pues si has desarrollado algo bien como ser natural, nunca serás atacado en ello. Si tienes un buen sentimiento, es maduro, puedes poner las cosas en perspectiva. Esa es la definición de madurez: la capacidad de poner las cosas en perspectiva. Y nadie tiene

necesidad de atacarte en eso. Solo te atacan en esas partes que has amputado, donde estás en negación.

En un período así: a partir de mayo de 1990, nos enfrentamos cada vez más a nosotros mismos. El aislamiento humano se hace evidente una vez más. Ese es siempre un período en el que puedes trabajar en ti mismo y en tu cuerpo. Podemos afinar el instrumento para que nuestro pensamiento corra sincrónicamente con nuestro lenguaje corporal. Solo entonces se puede hablar de: Yo soy quien soy. Y solo entonces se puede hablar de honestidad. Si tu cabeza dice algo diferente a tu lenguaje corporal, entonces es una mentira. Así que alguien te puede poner sobre dos patas. O la otra persona solo puede escuchar una parte de ti. Y no eres tu expresión completa.

Después de esto, también puedes hacer lo siguiente. Pero primero debes tener ese contenido correcto. "Yo soy la manifestación de mi Ser". La segunda dimensión, el dar forma a tu "Yo soy". Eso solo puede venir una vez que esto (el contenido) esté completo; entonces esto ya no es una mentira. Primero debemos trabajar en esta pieza; ese es el requisito primario.

Tus enemigos que te atacan, te enfadan, etc., son de hecho tus amigos donde puedes encontrar la solución al shock. Toma tiempo, requiere comprensión, requiere pedir ayuda a tus amigos, requiere práctica. Debes adquirir la habilidad de atreverte a ser eso. Ciertamente puedes estar al sol y sentirte de maravilla. Pero si todavía hay un poco de miedo, rápidamente intentarás compartirlo. Puedes traer tu conciencia a ello: que es mucho más agradable mostrarte verdaderamente y no ser atacado nunca más. Una vez que tienes eso, obtienes la manifestación. Pero primero tu tronco debe estar completamente lleno en todas las direcciones.

Las dimensiones en las extremidades

- **4ª dim.:** En las piernas, la parte superior de las piernas es la 4ª dimensión.
- **5ª dim.:** Las rodillas son la 5ª.
- **6ª dim.:** La parte inferior de las piernas es la 6ª.
- **7ª dim.:** Y los pies son la 7ª.
- **3ª dim.:** La primera parte del brazo es la 3ª dimensión.
- **4ª dim.:** La segunda parte del brazo es la 4ª dimensión.
- **5ª dim.:** Los codos son la 5ª.
- **6ª dim.:** Los antebrazos la 6ª.
- **7ª dim.:** Y las manos son la 7ª dimensión.

Te manifiestan en tu personalidad en un futuro. Tus manos hacen eso. Tus piernas te permiten caminar sobre la tierra con tu Ser. Si tu Ser está incompleto, tu caminar también es incompleto.

Desarrollo infantil

- **3ª dim.:** Aquí también comienza el desarrollo. El niño se manifiesta primero en el Aquí y Ahora, en la conciencia. Exige atención, tirando de las faldas. En el Aquí y Ahora. Esa es su manifestación.
- **4ª dim.:** Y paulatinamente te manifiestas: organizando tu primera fiesta.
- **5ª dim.:** Manifiestas que te amas a ti mismo en la tierra.
- **6ª dim.:** Lo sacas a la luz, caminas por el patio del colegio con ello y obtienes una visión general del mundo exterior hacia el que caminas.
- **7ª dim.:** Y luego caminas con tu conciencia hacia un futuro.

¿A cuánta gente veo en ese momento sintiendo un futuro orientado a objetivos? No serán muchos. Todos estamos ocupados rellenando esto (de la 3ª a la 6ª). Y solo en el paso final, cuando tienes tu visión general, tu Ser completo, puedes sentir un futuro. Eso es algo totalmente diferente a inventar un futuro.

Una "persona del saber" puede inventar fácilmente un montón de futuro. Y luego esas personas que hacen planes sobre inventar el futuro a menudo se sorprenden al ver que nunca alcanzan su objetivo. Y son superinteligentes entonces. Porque tienen el siguiente objetivo, el siguiente plan creativo y su implementación gigantesca: hacerse ricos, hacer esto, hacer aquello. Sin parar recibieron las imágenes, pero el vehículo no sirve. Así que siempre van mal. Si reconoces eso, primero tendrás que llenarte en las dimensiones subyacentes. Solo entonces se basa en tu Ser. Y solo entonces tu objetivo futuro es una realidad, algo que se puede lograr.

Los brazos manifiestan tu Ser. Las piernas te permiten moverte en la tierra, y los brazos con finalmente las manos se manifiestan para entregar tu producto.

No te equivoques: mucha gente no se mueve en la tierra. No camina sobre la tierra. Entonces piensas: "Tengo piernas y camino sobre la tierra". Esto se trata de conciencia. La conciencia es una curación mucho más fuerte, pero debes tratarla con honestidad.

- **Tronco:** Si camino así (demostración), no estoy caminando; estoy reubicando mi Ser. Mi conciencia está en mi tronco, y eso es algo completamente diferente.
- **Extremidades:** Eso es muy diferente a cuando camino así. Entonces camino con mis piernas y he perdido mi tronco. Entonces la conciencia es únicamente: "Me estoy moviendo a través de la tierra, pero con gusto no estoy aquí". Entonces puedes caminar formalmente, la marcha prusiana, etc. Pero el caminar total —

reubicarte desde tu elección dentro de ti mismo para empezar a moverte en la tierra hacia un objetivo— es un evento mucho más total de lo que sueles pensar.

- **Brazos:** Lo mismo se aplica a los brazos. Sin embargo, tu vida es mucho más rica si eres consciente de eso. ¿Cuántas amas de casa piensan que es terrible lavar los platos, limpiar la casa, etc.? Como es terrible, apagan su sentimiento y solo ves sus brazos trabajando. Y ellas mismas no existen. Eso te quita tiempo de vida. Si involucraras a tu Ser en ello, hacer la cama y lavar los platos también podría ser una celebración mucho mayor. Porque no te has perdido a ti mismo. Cuando haces algo y has perdido una parte de ti mismo, está empobrecido, entonces siempre es molesto. Entonces cada trabajo es molesto.

Apertura de conciencias

Así que de vuelta al "Yo soy" y de ahí a la manifestación de tu Ser. De vuelta a tu Ser, paso a paso. Y luego finalmente podemos mostrar quiénes somos. Y tal vez tener un futuro que sea real. Y no basado en tu incompletitud.

La humanidad se mueve dentro de ciertos campos de energía. Lo que he observado en los últimos años es que la humanidad estaba colectivamente en una cierta conciencia. Si recuerdo la primavera de 1990, fue una época muy ajetreada. No se le podía encontrar sentido. Eras arrastrado por una especie de corriente. Esa corriente te da experiencias, pero no la interiorización de la experiencia.

También es siempre cierto que incluso cuando amputamos algo, todavía lo experimentamos cada vez. Y lo hacemos. Aunque no quiera ser consciente de que estoy dando forma, sigo dando forma. Simplemente hay una discrepancia entre mi conciencia y mis acciones. No quiero ver eso. Así que ya tienes toda la experiencia, y ahora se trata de la toma de conciencia. En un momento como este, simplemente recuperar la conciencia es una forma de sanar. Abre esa conciencia y sucede.

Tierra de nadie: Sentir, Nombrar, Dominar

Sucede, ciertamente, en una serie de pasos:

La primera vez que abres los ojos después de mucho tiempo, no ves nada. Al igual que un recién nacido: ve la habitación y no la ve. Aún no puede mirar con diferenciación.

- **Tierra de nadie:** Esa primera fase, cuando vuelves a abrir una conciencia, es una tierra de nadie. Eso es la naturaleza. Solo que nos da miedo. Así que rápidamente regresamos al "Yo soy", porque entonces sabemos lo que volvemos a ver. Pero nunca lo sabrás a menos que pases por esa tierra de nadie. A partir de esa tierra de nadie, obtienes un sentimiento al respecto. Una vez que tenemos ese sentimiento, el siguiente paso es nombrarlo, y el paso posterior es dominar el sentimiento.

Mucha gente que quiere mejorar, que quiere crecer, siempre pregunta: "Explícame cómo funciona". Quieren saber primero, de lo contrario no se atreven a crecer. Eso es imposible en la naturaleza; es imposible. Si lo sabes primero, ya no puedes sentirlo

objetivamente. Porque entonces no estás creando la pureza de ti mismo y, por lo tanto, nunca podrás nombrarlo con pureza, y mucho menos dominarlo.

Por eso, en el asesoramiento, nunca doy una respuesta al principio. Y luego la gente se puede enfadar mucho conmigo porque nunca digo nada al principio. Pero es la única posibilidad de moverte a través de la tierra de nadie hacia un dominio de ti mismo. Así que esa tierra de nadie es, lamentablemente, una obligación.

A fuerza de mirar repetidamente, empezamos a sentir la habitación. Empezamos a sentir lo que hay dentro. Luego lo nombramos y luego lo dominamos.

Las palabras son creativas.

El paciente promedio entra y dice: "Quiero ponerme bien". Eso no es la naturaleza. El primer paso de la naturaleza es: **se me permite sentir**. No *quiero*. Si se me permite sentir, puedo querer nombrarlo después. Y puedo dominarlo.

También hay personas que ven un deporte como: "Quiero dominarlo". Eso no es posible; se me permite sentirlo, quiero nombrarlo y luego puedes dominarlo. Estas son cositas muy sutiles que son necesarias para provocar la sanación o el crecimiento natural.

La tierra de nadie es, por lo tanto, la parte más aterradora. Porque en ella, el miedo sale a la superficie, tu ira, tu impotencia, el duelo, etc. En eso, necesitas un cierto apoyo. Pero no un apoyo en forma de explicaciones, sino en la comprensión de que estás presente. Una comprensión de que sabes por lo que está pasando el otro. Pero no tienes que explicarlo. Es una tierra de nadie tan grande que solo tu radiancia, tu Ser, puede ayudar, no tu verbalización o tu conocimiento. Dominarlo cuando estamos a punto de salir del shock. Todos lo hacemos una y otra vez.

¿Por qué no nos atrevemos a hacerlo con nuestras propias piezas? Cuando ves ese ordenador por primera vez, también es: ¿qué dice? Cuando el papú ve una motocicleta por primera vez, también es una tierra de nadie para él. Después de eso, empieza a sentirla. Inspeccionas con calma ese ordenador, absorbes el sentimiento, sientes dónde están las teclas. Solo después de eso puedes nombrarlo y dominar el ordenador. Así que en la vida diaria, con cada instrumento, un coche nuevo, una máquina diferente, tú también sigues esto.

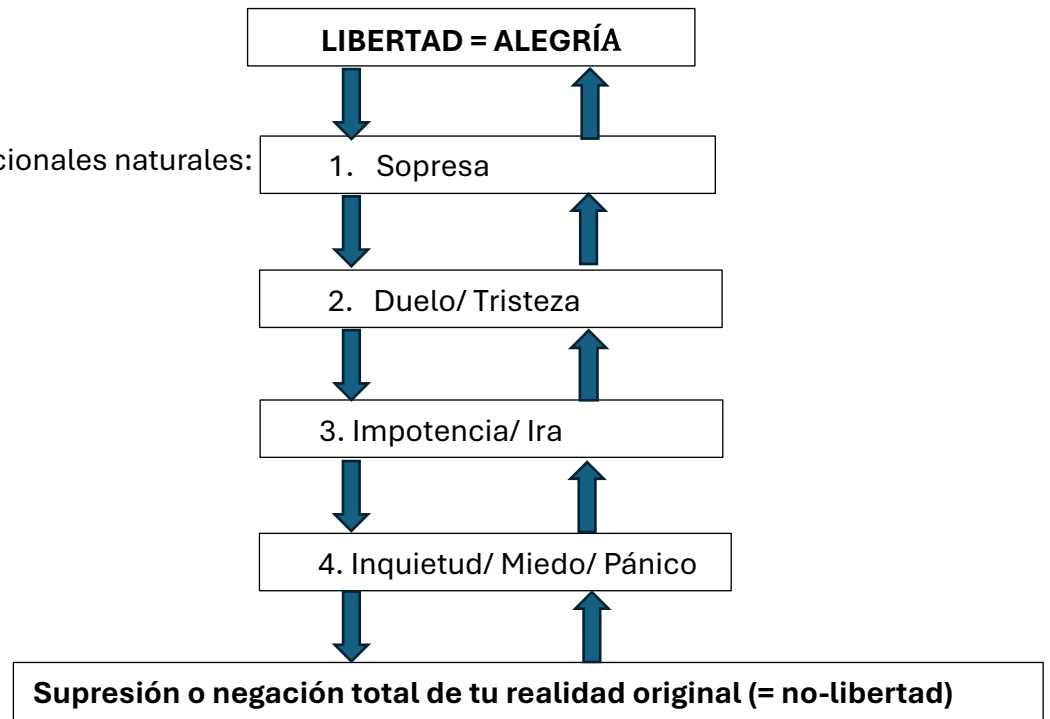
¿Por qué no contigo mismo, si es la naturaleza? ¿Por qué quieres empezar aquí contigo mismo, en el "quiero"? Y con un ordenador y tu coche, los tratas más humanamente que a tu propio Ser. Espero que con este ejemplo tengas más valor para entrar en esta tierra de nadie. Para buscar tus botones. Para tantear el manual y luego empezar a dominar tus propias piezas.

Principio del shock

Un shock es una alteración inimaginable de tu realidad, lo que significa que tu libertad (= alegría) se convierte en no-libertad. Así que si tu sentimiento, si tu libertad de crecimiento se ha visto alterada en tu conciencia.

Shock

Reacciones emocionales naturales:

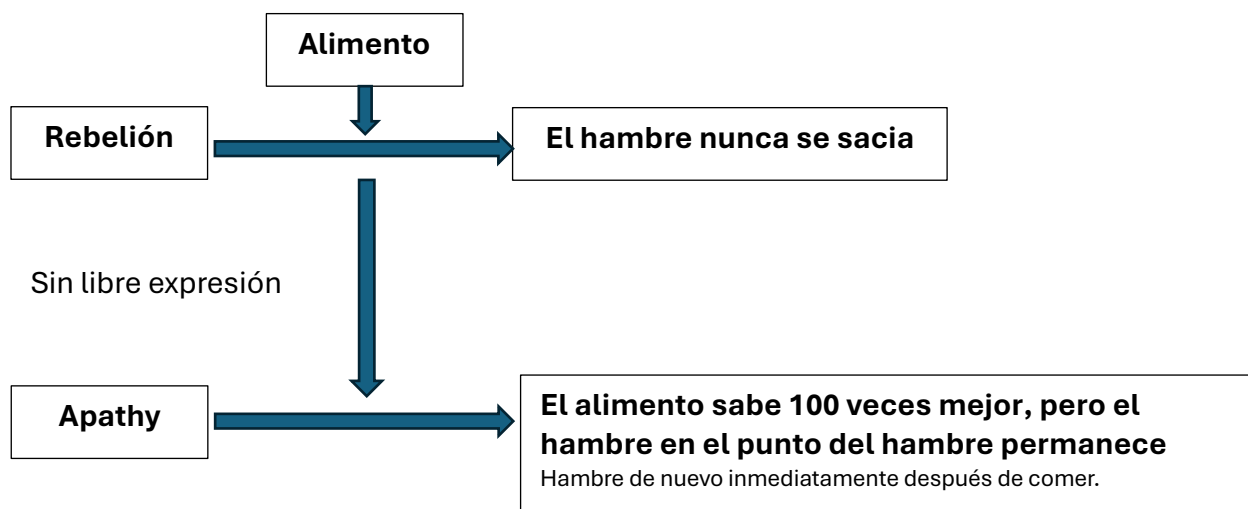
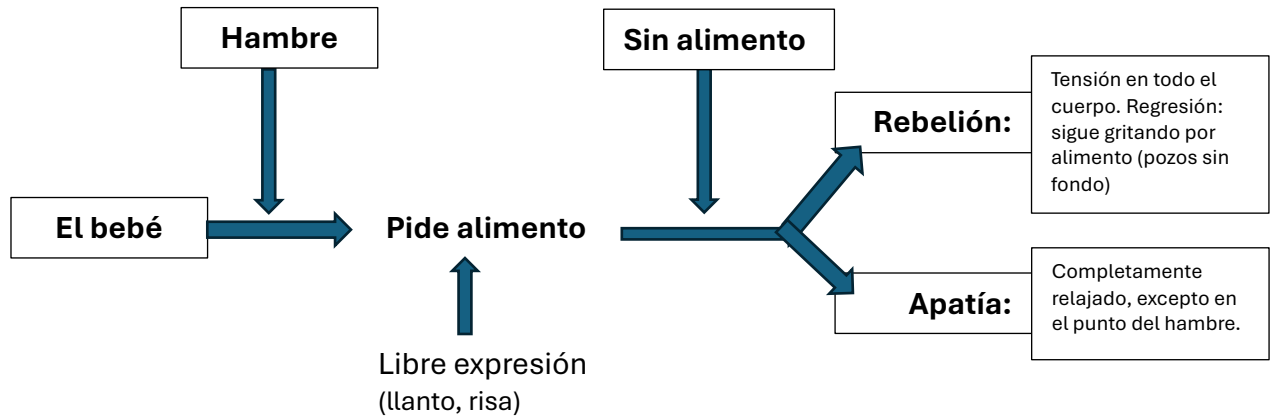


Un shock puede haberse originado en todas tus capas de conciencia a nivel de Cuerpo, Mente y/o Alma, en una dirección de entrada y/o salida.

Solo cuando tienes libertad en todas las capas de conciencia con respecto al Cuerpo, Mente y Alma, en dos direcciones (entrada y salida), puedes hablar de: **"YO SOY QUIEN SOY."**

Principio del hambre

El centro del hambre en el cerebro señala cuándo necesitamos energía. Un bebé necesita energía para crecer. La fuente de energía para el bebé es: **alimento y contacto/tacto**. El hambre ordinaria no tiene emociones.



Expresiones posteriores del Principio del Hambre:

- Hambre de saber
- Juzgar
- Proyectar
- Hambre de dinero
- Hambre de sexo
- Hambre de atención
- Sospecha
- Hambre de certezas a su alrededor
- Hambre de rendimiento
- Hambre de control, etc.