

Mini Noticias # 1

Febrero 2009

www.ericdowsett.com



Un artículo pequeño... una rápida actualización.

También este es un nuevo formato para acceder a la información y más fácil de leer sin necesidad de imprimir.

En un esfuerzo para crear un boletín que no solo comparta noticias, sino que ayude a la gente a entender y practicar el proceso, trataré de continuar enviando actualizaciones de mini noticias regularmente.

Este es el primer ejemplar..

He estado dando unas cuantas sesiones privadas en México y como muchas de las personas que vienen a las sesiones no hablan muy bien el inglés y mi español no es suficiente para explicar mi trabajo, o hacer cualquier otro comentario, así que me he remitido a usar ilustraciones y ejemplos didácticos sencillos para darme a entender.

El ansiedad representa un gran problema para mucha gente...oh, sorpresa, sorpresa. Es un sentimiento que se presenta tanto en los talleres como en consultas privadas. Es también un sentimiento que conocí en mi mismo desde hace tiempo.

Creo que como un virus en el aire, la ansiedad (igual que otros sentimientos comunes) es contagioso. No importa donde te encuentres, ni que tanto sufras una agresión o estés bien protegido, eres vulnerable a este sentimiento.

Hemos comprobado en los talleres en casas, cómo un grupo de personas, se involucran en un sentimiento de una sola persona.

También hemos visto como cada individuo que se involucra en el sentimiento de otro, interpretando la información del sentimiento desde su propia y singular manera. En muchas ocasiones la reacción grupal de un sentimiento de otra persona es muy similar, sino es que idéntico al sentimiento individual de cada uno. Hemos notado, desde una posición silenciosa de observador, como al observar nuestros propios pensamientos y sentimientos, nos identificamos con alguien más.

A través de este proceso, se incrementa la evidencia de que muchos de los sentimientos (sino es que todos) que experimentamos, se estimulan a través de una fuente externa (siendo el ansiedad uno de ellos). Estas células individuales en nuestros cuerpos - y hay trillones de ellas- tienen miles de antenas, cada una sintonizada a una frecuencia específica.

No estoy seguro del orden técnico ni de la terminología apropiada, pero creo que es algo como esto:

El antena escoge la información mental (ya sea externa al cuerpo o interna) y se conecta a varias rutas neuronales que como respuesta a los varios estímulo,, se activan químicos, neuro-péptidos, que fluyen al cuerpo. El antena (señales receptoras) en las células se activarán - asumiendo que hay resonancia entre el antena del individuo y la frecuencia química específica.

La razón por la que experimentamos emociones intensas es porque tenemos un exceso de señales receptoras (antenas) hacia un sentimiento/químico particular. A mayor cantidad de señales receptoras de cualquier químico (léase emoción), mayor la intensidad de esa emoción, lo que nos sujeta a un mayor estado de víctima. Así que en gran medida somos como prisioneros de nuestro pasado.

Pienso que es importante que reconozcamos que nos somos la emoción. Como lo mencioné recientemente:

El radio a través de sus estaciones sintoniza la información, aparentemente desde la nada y traduce las señales en sonidos, música, comentarios, etc. Somos como el radio en sí, escogiendo la información. La estación de un radio sintoniza la información, de nuestro medio ambiente. El radio en sí mismo no es la música, ni la plática; el radio tan sólo es el receptor, que interpreta y transmite la información. La información que recibimos no es nuestra, pero nuestro condicionamiento la asocia fuertemente a la emoción que emerge como resultado de los químicos liberados en el cuerpo. Entre más nos asociamos con ese químico/sentimiento, nos convertimos más en esa emoción.

Bien... hasta aquí con la mecánica.

Regresando al estado de ansiedad/miedo. La dificultad en desarrollar una objetividad hacia las emociones fuertes tiene sus raíces en nuestro pasado. Inadvertidamente, hemos otorgado energía sin quererlo e inconcientemente a un sentimiento particular. Entre más energía hayamos dado a un sentimiento en el pasado (o entre más hayamos negado ese sentimiento) se vuelve más y más difícil simplemente dejarlo ir.

El trabajo de "despeje" está diseñado mayormente a identificar mientras todavía sea posible, reconociendo el sentimiento y simplemente soltarlo. Sin aferrarse, sin apegos... sólo observando. Si te aquietas y te sientas libre de todo stress y una vez en paz y sosiego, traes a tu mente a una persona, situación o cosa que te haga sentir incómodo y empiezas a enfocar el sentimiento que se presente; quizá sea muy sutil, ciertamente con menos intensidad que si la situación se estuviera presentando realmente. Al principio quizá necesites de trucos para ayudarte: cambiar tu enfoque, ser consciente del sonido del tráfico, del canto de los pájaros, del sol, de las nubes, del viento que mueve las hojas de los árboles.

A mayor práctica, menor la necesidad de práctica... esto se convierte en una forma de vida una vez vencidos los retos de inicio hacia el desapego a los sentimientos.

El ansiedad es un sentimiento muy fuerte y ha sido cultivado y ya sea con conocimiento o sin él, debemos aceptar la responsabilidad del rol que hemos jugado en contagiar esta enfermedad.

Si simplificamos el concepto del Ying y del Yang, los opuestos eterno - el conflicto creado entre ellos produce el mundo en que vivimos. (Tal vez no refiriéndonos al clima de la tierra en sí, pero ciertamente los climas emocionales y mentales). Mientras nos mantengamos polarizados en nuestros juicios, gustos y disgustos, mientras continuemos identificándonos con los químicos y las emociones que emergen en nuestro cuerpo, formamos parte del sistema que propaga ansiedad y todas las demás emociones.

Veremos más de esto en la siguiente emisión de la página mini-noticias. Manténganse sintonizados y desde luego, no se tomen la información (incluyendo ésta) muy en serio.

CUANDO TE TOCA, TE TOCA...

Es probable que puedas experimentar un cambio significativo en tus percepciones y manifestaciones de la realidad si tan sólo sigues esta sencilla guía. Dos personas que escucharon una entrevista reciente que tuve con Nicole Whitney de Noticias para el Alma (News for the Soul), me retroalimentaron. El tema fue, nuevamente, ansiedad. Ambas personas me dijeron que habían tenido una reducción dramática en sus niveles de ansiedad como resultado de haber escuchado y aplicado las "enseñanzas" a su propia circunstancia.

Pssst... Psst... ¿quieres comprar un libro? No hay nada como un taller para llevarlo a casa y hacerlo una realidad. Para aquellos que no les sea posible tomar un taller y quieran saber más de esto, estoy recibiendo "comentarios de interés" para mi nuevo libro "Primeros Auxilios" -Una guía en el camino hacia un Nuevo Futuro'. Estamos en las últimas etapas de un pre-edición, aún no sabemos precio a menudeo (sólo comentarios de interés). Esta guía-libro sustenta lo que dice, un manual de auto ayuda con ejercicios anecdotas para apoyar tanto como sea posible, a la gente en su sendero hacia el auto-descubrimiento y liberación del pasado. Agreguen su nombre a la lista (email:info@ericdowsett.com) y sean de los primeros en obtener una copia cuando estén disponibles.

CAMBIOS

Algunos detalles en la página se están llevando a cabo lentamente, nuevas secciones añadidas. Existe ahora una descripción del trabajo y algunos artículos en español. Espero que pronto se traduzca la página mini-noticias. "Amar lo que se De" será traducido y espero que "Primeros Auxilios" le siga.

Nuevos Enlaces

En la página web, un nuevo enlace de las entrevistas que tuve con Nicole en Noticias para el Alma y otro enlace de un artículo que se publicó en la edición de febrero en el "New Spirit Journal" véase :www.newspiritjournal.com <<http://www.newspiritjournal.com>>

Anunciamos también que el lunes febreo2 a las 9pm tiempo del Este, hay otra entrevista, esta ocasión con el Dr. Lynn Lawrence - <http://www.soulsjourneyradio.com/> <<http://www.soulsjourneyradio.com/>>

En caso de que no escuches esta entrevista, puedes acceder el archivo y encontraras el enlace de la página cuando esté disponible. Ojalá puedas enlazare y llamar durante la entrevista... te esperamos.

HAY UNA SERIE DE PLATICAS EN ESTADOS UNIDOS DE AMERICA:

Miércoles 11 de febrero Denville, New Jersey Contacto Teresa Marinelli marinellimethods@aol.com

Viernes 24 de febrero Soulfood Books Redmond, Wa.Contacto Madeline Eyer maddyblaze@comcast.net

Nota: El fin de semana en México abril 4 y 5, "Despejando el Ser" –

Aquellos que vivan en Los Angeles Calif. Ojalá puedan avisar sobre este curso en México.

Itinerario del 2009

Denville, N.J.	Salud y Abundancia	Feb. 14-15	marinellimethods@aol.com
Calgary, AB	El Rol que Juegas	Feb. 21-22	gina@feng.shui.ca
Seattle, WA	Salud y Abundancia	Feb.28-Mar 1	drjrd@earthlink.net
San Jose, CA	Despejando el Espacio	Mar 14-15	drjrd@earthlink.net
Santa Monica	Despejando el Espacio	Mar 21-29	flyingstarfenshui@yahoo.com
Mexico DF	Despejando el Ser	Abr 4-5	fridacharm@hotmail.com
Tuscany, Italia	¿Hacia dónde desde aquí?	Oct 3-10-17	info@ericdowsett.com
Mexico	¿Hacia dónde desde aquí?		info@ericdowsett.com

Para contactar localmente, por favor hacerlo en línea, donde puedes registrarte y pagar cualquier taller que sea de tu interés.

SE REQUIEREN MAESTROS

Algunas personas alrededor del mundo me han solicitado que entrene a otros a hacer este trabajo. Si tú has estado en algunos talleres y quizá tengas interés en dar una enseñanza como ésta, házmelo saber por favor. Para aquellos de ustedes que ya han participado un programa de entrenamiento para maestros conmigo y quieran dar opciones, les agradeceré que se contacten conmigo.

No es mi intención requerir grupos grandes más bien quisiera grupos de personas dedicadas. La idea sería pasar el conocimiento y habilidades que he aprendido a lo largo de 20 años tiempo en el que he enseñado y apoyado a aquellos que se gradúan en encontrar trabajo alrededor del mundo. Aún tanto como yo quisiera, no me es posible estar presente en todos los lugares donde se requiere. Y, la necesidad para este tipo de trabajo está creciendo todo el tiempo. Así que, si quieres formar parte de una organización dedicada a traer mayor conciencia de este trabajo a otros, mándame un email a info@ericdowsett.com <<mailto:info@ericdowsett.com>> detallando los talleres que has tomado y las razones que te inclinan a enseñar este trabajo.

Que estés bien y sé feliz. Eric

Mini News-Sheet #2

Español - March 2009

www.ericdowsett.com



Es bueno saberlo, que no tenemos que tomarnos tan en serio. Pero si yo no soy en mi cabeza entonces quien es? Y cómo llegó hasta ahí?

Buenas preguntas. Pero fuera de la pre-suposición de que la lírica de "Brain Damage" (Mente Dañada) es verdad, te has preguntado alguna vez de donde vienen "tus" pensamientos.

Dónde se originan? Por muchos años he estado hablando de no tomar personal las emociones que se manifiestan, pero esto aplica también a los pensamientos.

La dificultad se encuentra en retroceder un poco y observar los pensamientos. ¿Cómo puede el observador separarse de sus propios pensamientos que se están manifestando?! Estamos convencidos de que nuestros pensamientos que estamos teniendo, de hecho son nuestros, como pueden pertenecer a nadie más, pues después de todo se están "manifestando" dentro de "mi" cabeza.

Un error fundamental en calcular el quien, que, por qué y cuando es la sensación de separación en la que hemos crecido. Los bebés recién nacidos no tiene esta sensación de separación a tal grado; de alguna forma empieza a crecer en ellos conforme van siendo mayores y su onda mental cambia y se empiezan a verse a sí mismos separados; se empieza a dar el fenómeno de la pregunta y el juicio. Antes de este estado mental de cuestionamientos, ellos se encontraban en un estado de unicidad.

Para aquellos que han estado practicando algún tiempo esta forma de ser, muchas de las emociones que se presentan pueden ser vistas como si vinieran de alguna fuente externa. –Véase el boletín anterior que habla sobre la ansiedad. Si se observa muy de cerca, se puede entender que todas las emociones son un resultado de algún estímulo externo. Una emoción es la forma en que el cuerpo reacciona, físicamente, a las condiciones ambientales. Dicho lo cual, para muchos de nosotros, cuando se presenta algo que nos atrapa en energías emocionales es una forma aceptada común y corriente de tratar las emociones. Forzamos de alguna forma una respuesta/reacción hacia ciertas condiciones ambientales (por ejemplo, alguna persona que nos enfada) la respuesta/reacción se convierte reacciones químicas que el cuerpo entonces interpreta como una emoción. A mayor química asociada con la respuesta/reacción, mayor la intensidad de la emoción, y mayor la posibilidad de tomar las cosas personales, lo que incrementa los químicos en el cuerpo, y aumenta la intensidad de la emoción.

Sin embargo el condicionamiento de personalizar la emoción es tan fuerte que continuamente volvemos a la vieja forma habitual de relacionarnos con las emociones.

Y lo mismo aplica a los pensamientos, tal vez aún más que las emociones. Un pensamiento emerge en nuestra atención, y más tarda en aparecer que nosotros asumir que es nuestro y actuamos de acuerdo al mismo. Nosotros respondemos o reaccionamos al pensamiento, le damos energía al aceptarlo (o rechazarlo) y co-creamos una realidad basada en pensamientos. Conforme energizamos pensamientos particulares, provoca que surjan pensamientos subsecuentes que sigan y provengan del pensamiento previo. A menos de que nos tomemos un momento para cuestionarnos el origen del pensamiento, podemos construir castillos en el aire que carecen no tienen ninguna relevancia con respecto a lo que realmente está pasando. Si necesitamos examinar posibilidades asociadas con algún proyecto, quizá construyamos una cadena simultánea de pensamientos, todos ensartados juntos para conducirnos a alguna conclusión. En la inteligencia de que el primer pensamiento fue correcto, con respecto a la meta que tenemos en mente, y los pensamientos subsecuentes son racionales, es probable que lleguemos a una conclusión lógica. Pero no son éstos los pensamientos a los que me refiero, sino más bien

los pensamientos de día con día, imágenes que se presentan y que asumimos que son nuestras, estos son los pensamientos cuyo origen yo cuestionaría.

Has tenido alguna vez un pensamiento y te has preguntado de dónde caramba viene, tan fuera de lo común, tan bizarro fuera de ti que no tienes más opción que cuestionarlo? Yo sí, frecuentemente... nos acostumbramos a ciertos pensamientos y formas de pensar, ciertos procesos que son tan familiares que nunca los cuestionamos. Pero ahora nuevamente, aparece un pensamiento del hemisferio izquierdo y nos preguntamos desde la izquierda también. Esto frecuentemente sucede cuando estamos trabajando, despejando espacios de alguien. Nos colocamos en un ambiente muy diferente –la casa de alguien- y nos sintonizamos con la energía de ese espacio.

Hace poco me sucedió que trabajando lejos del área donde vivo, me encontraba despejando mucha información almacenada en la casa. Entonces, repentinamente, tuve pensamientos de fuerte intolerancia racial; estaba trabajando en una casa de Afro Americanos. Vaya! De dónde vino eso, no era mío, yo no suelo pensar así. Pero era tan fuerte, tan abrumador que en un momento llegue a pensar que quizá podría haberme convertido en un racista de un día para otro. Sin embargo, entonces al asociarse ese pensamiento con un escalofrío y un estremecimiento de energía en todo mi cuerpo, el pensamiento desapareció. Recapacite en el asombro de cómo pude tener ese pensamiento, cuando sorprendentemente pasa lo mismo nuevamente. Y explícitamente seguido por otro estremecimiento conforme se libero la carga a través de estar consciente en esto. Y sucede una tercera vez, cada vez la intensidad del pensamiento fue menor.

Todo esto lo compartí con el dueño de la casa, y ella sabía exactamente de lo que yo estaba hablando. La carga se redujo en cierto grado y asimismo apareció la calma que hacia tiempo no había habido antes en esa casa. Que tanto esto puede afectar a los ocupantes de la casa, esta por verse. El punto aquí en esta historia fue para ilustrar como un pensamiento se filtrar en la mente, cualquiera que éste sea, y se enraiza, causando la reacción o respuesta correspondiente. En el momento que tu tomas un pensamiento personal mente, tú le das energía, y cuando tú le das energía a un pensamiento, bien puedes crear un ambiente químico interno, basado en ese pensamiento, y entonces te encuentras ocupándote de los resultados de un pensamiento que se convirtió en emoción.

Si esto sucede un avez, pude pasar muchas más. El que simplemente cierto proceso de pensamiento nos sea familiar, no significa que el proceso es nuestro, que debemos mantener esos pensamientos particulares. Tampoco quiere decir que botemos todos los pensamientos, pero sí que nos volvamos conscientes de que algunos pensamientos y quizá muchos, de ellos no tienen nada que ver con nosotros y mejor dejarlos en la repisa. Nuestra realidad proviene de los pensamientos... realmente, quieres ocuparte con esa realidad?

Sólo un pensamiento...

La respuesta al llamado para convertirse en maestros ha sido muy buena. Gracias a todos los que han mostrado ese interés.

La vida nos puede llevar por caminos muy interesantes, algunas veces por decisión propia, otras no. Algunas con consciencia, algunas veces sin ella, pero si nos mantenemos en una ruta estándar de cómo deben ser las cosas, a manera de sentirnos seguros y cómodos, entonces los cambios quizá no sean tan placenteros. Estos últimos 18 meses ha sido un tiempo de dejar ir planes –aún estoy haciendo algunos- pero tomando consciencia al mismo tiempo de que quizá o quizá se cumplan, quizá no exactamente en la forma esperada o deseada. Así que he desarrollado una flexibilidad aún mayor en la forma como percibo la vida, he tenido una participación líder en esto, enseñando el trabajo y siendo mi propio jefe desde 1975, pero estos últimos 18 meses he sentido que aún debo poner en práctica todo mi entrenamiento.

Esto nos ha llevado a muchas aventuras, ninguna de las cuales pude haber previsto.

Una de ellas fue la innovadora idea de permitir que otros enseñen esta información. Yo estaré en contacto con todos aquellos que han expresado su interés. Nunca es tarde para embarcarse.

Hay tiempos potencialmente interesantes por venir, en los que llegaremos a aquellos que se les introduzca esta nueva forma de ser. No se trata de que yo obtenga la confirmación de los beneficios, pero he conocido en mis viajes alrededor del mundo personas que tienen algo que compartir acerca de los resultados del despeje de aquellos que se han cruzado en su camino.

Las oportunidades de vivir la experiencia de convertirse en esta forma de ser, están disminuyendo, conforme las semanas pasan. Sólo hay tres semanas en San José otra en Santa Mónica y ningún otro plan hasta principios de octubre, en la semana o quizá dos planeadas en Villa Tuscán. Todavía hay posibilidades, pero habría que apresurarse, ya que hay mucho interés en este programa y se están ocupando los lugares. Yo creo que voy a estar muy ocupado preparando el programa de maestros en los meses que vienen, pero uno nunca sabe, si aparece algún otro taller, quizá sea persuadido para darlo.

Resulta muy interesante observar como, en tiempos de cambios económicos, el miedo puede dominar las percepciones. La idea de estos talleres es salir del miedo hacia una realidad auto-suficiente y más constructiva. Sin embargo muy pocas personas liberan el paso de los bloques de condicionamiento que no les permiten un gasto en sí mismos a fin de mejorar su estilo de vida. Anímense a "Despejando el Ser" y ayúdense a sí mismos y otros a salir de los viejos paradigmas de limitación; vengan a vivir "Dejando el Espacio" y desarrollen la habilidad y la conciencia de traer más paz y balance en su ambiente, y compartan esto con otros, ayudándose a ustedes mismos y otros mediante este intercambio; vengan a "Abundancia y Bienestar, El Rol que tú Juegas" y cambia tu mundo en un nivel tan fundamental que tu mundo nunca volverá a ser el mismo. La elección es tuya.

Contribuciones!

Estoy en espera aún de algunas contribuciones de ti, amable lector. Algunas historias o anécdotas de los resultados del trabajo. Me llegan tantas historias cuando me encuentro en mis viajes de trabajo y conozco tantísimas comunidades que se dedican a hacer despejes en todas partes del mundo. Todo este material es valor incalculable para los demás, para ayudarles a tener una mejor comprensión de la naturaleza de este trabajo. Aquí doy un ejemplo, que viene de una mujer que está en la práctica de este trabajo.

"La calma que siento después de despejar un espacio es muy grande; siento que debo estar sola conmigo misma sin contactar a nadie y disfrutar lo que estar conmigo misma". (Hay una claridad interior muy grande que nos hace reconocer lo difícil que es colocarnos nuevamente en ambientes que sabes nos pueden afectar en una forma adversa - es muy común para aquellos que están iniciándose en esta labor - E.D.)

"Siempre quise expresar esto. Antes cuando vivía en un infierno, un infierno que yo misma me había creado... siempre queriendo algo de los demás, esperando algo de los demás, echándoles la culpa por mi condición. Estaba presa en mi celda. He tratado muchos caminos, algunos fueron efectivos por algunos días, pero no podía continuar la práctica y me encontré a mi misma todavía más cautiva en esa celda. Solía entonces hablar con Dios y decirle "Ves que estoy tratando, pero no pasa nada, ahora tienes que hacer algo máico para sacarme de todo esto, no hay otro camino. Y entonces El te mando, sin embargo el primer taller no logró hacer mucha diferencia, volví a la misma situación porque no hice las práctica. El segundo taller y luego el tercero y cuarto hicieron una diferencia enorme. Ahora soy una persona diferente. Las situaciones, las personas y las circunstancias que me rodean son las mismas, pero no siento vivir en un infierno. Me siento feliz.

Cuando estoy sola y me hago consciente, siento momentos sublimes de gozo. Siento ese gozo desde dentro y sin ninguna razón.

Aun me siento irritada, frustrada, sujeta a reacciones fuertes, pero son casos aislados y muy pocos. También el grado de posesión hacia mi marido, es de mucho menor.

Y finalmente, sé que he iniciado mi viaje, todo Gracias a ti".

San José CA	Despejando el Espacio	Mar 14-15
San Jose CA	Salud y Abundancia	Mar 28-29
Tuscany, Italy	Desde aquí, adonde?	Oct 3 -10 -17

Para más información, por favor hacer contacto en línea, donde puedes registrarte y hacer el pago por cualquiera de los talleres aquí mencionados.

Mientras tanto, recuerda que das tu energía/emociones/pensamientos para crear tu mundo. Si no estás a gusto con el mundo que vives, deja de energizar esas energías/emociones/pensamientos.

Hasta la próxima, que estés bien! Eric

April 2009

www.ericdowsett.com

Entre más se practica esta forma de ser, más se convierte uno en ello.

Entre más se convierten en "la manera" se manifiesta menos el conflicto. Es fácil olvidarlo algunas veces, al menos a mi me sucede, que aquello en lo que me convierto (es el opuesto a aquello de lo que yo era!!!) Todavía uso la palabra "yo" aún cuando el significado de eso ha cambiado. Quien es este "yo" a quien me refiero? Las etiquetas como señales son útiles a través del camino; cuando ya no se requieren más se caen y destruyen, pero como todo en la vida, no es necesario tomarlas muy en serio, ni tan literalmente.

"Yo" me encontraba en una junta hace unos días, y había muchas opiniones que necesitaban ser expresadas, preocupaciones que considerarse, puntos de vista que se suscitaban. Los temas usuales de los que se compone una junta, eso creo, ya que no asisto a muchas juntas en estos días. Yo era un "expositor invitado", así que me senté pacientemente a esperar "mi" turno. Mientras observaba como se desenvolvía la junta, la sensación principal que sentía correr por mi cuerpo era ansiedad. Creí en ese momento que se trataba de una ansiedad personal ya que iba a exponer delante de algunos doctores que se encontraban en la audiencia, a fin de compartir con ellos los beneficios de estar en este camino –como yo lo percibo.

Sin embargo ya he hablado delante de profesionales muchas veces en el pasado, y la ansiedad no es algo común que "yo" sienta antes de de ninguna presentación pública. Reconozco que en días lejanos de hecho si tuve la sensación de ansiedad, pero repito, uno de los beneficios de este camino es liberar nuestra apego a nuestra percepción de "mi mismo", y como resultado la conciencia de "mi" desaparece. (Para aquellos que se han preocupado tanto de su ego la mayor parte de su vida, este cambio es muy bien venido). Así que deduje que esa ansiedad no era mía, sino parte de una energía colectiva en el salón de juntas, una carga energética subyacente que la gente lleva consigo donde quiera que vaya. La junta se llevaba a cabo en la Ciudad de Nueva York, quizá eso haya sido un factor influyente!

La sensación general de la reunión era de un caos energético, que quizá sea algo común en las juntas, o algo que se deba esperar de una junta, pero para mi esto no era la mejor forma de obtener algún logro. Ciertamente había que expresar opiniones, compartir opiniones y trabajar sobre ellas, pero yo sentía que las razones energéticamente subyacentes que cada uno de nosotros llevaba consigo, era lo que estaba creando esa "ansiedad" que yo percibía en el salón.

Esto es algo de lo que la mayoría de la gente no es consciente, debido a las ocupaciones del día que evitan que reconozcamos que esta pasando en el momento. Nuestro pasado dicta como se desenvuelve nuestro presente y dispara el resultado de cómo será nuestro futuro.

Como ya dije antes, no estoy muy familiarizado con las juntas, pero he hablado por muchos años ante grupos grandes en todo el mundo, y puedo fácilmente percibir la energía grupal con gran rapidez. Había un desorden considerable en ese grupo, que nunca (o casi nunca, con excepción de una vez en México) había experimentado algo similar! Las personas yendo de un lado a otro en el salón, hablando en sus celulares, ya se sentaban, ya se paraban, cruzando el salón para hablar con alguien, cruzándose para registrarse; todo reflejaba un desorden, caos evidente, causado por la energía del salón.

Sin embargo noté, que entre más hablaba, la energía se iba quietando. Las personas se hicieron más presentes, atentas, interesadas, y no es que no hubieran tenido interés antes, pero se había estado mostrando en una forma fragmentada y nerviosa. Lentamente la energía en el salón se calmó y se enfocó en manera mucho más armónica. Todo esto puede ser juicio, pero si se me conoce bien, eso es una de las cosas que estoy consiente de no hacer y en este caso no fue juicio, solo observaciones y nuevamente, las palabras como las etiquetas pueden ser muy útiles a través del camino, en tanto no las tomemos muy en serio.

Mucha gente ha comentado en la tranquilidad con la que me manejo y comparto con aquellos que me rodean. Esto era evidente en aquella reunión y es un producto maravilloso que se obtiene de la práctica, ya que a través del diálogo calmado puede inferirse que no hay tal polarización, ni tanta orientación egótica, ni con tanta carga y desde mi perspectiva, todo esto conduce hacia una plática mucho más constructiva. Quizá debí haber estado despejando la energía del salón con mucha más anticipación, pero es importante ver como se despliegan las cosas y observar, y de esa forma podemos darnos cuenta de la posibilidad del cambio.

Así que para aquellos que necesiten asistir a juntas, practiquen el descubrir y mantenerse en ese lugar de paz interna, y ver como tú y eso puede afectar el resultado de una reunión sin esfuerzo alguno.

Después de la presentación en el hospital, estoy coordinando un taller en Nueva York, ambos sábados se trabajará en despejando el ser, partes uno y dos. Esperamos que haya un buen quórum del personal del hospital así como practicantes alternos y otros que se interesen.

Si se encuentran en la Costa del Este y quieren más información, el boletín se encuentra a su disposición en mi página.

Abril 18 y Abril 25 son la fechas (me pregunto si habrá quienes continúen trabajando en sus diarios)?

Quizá haya un taller en la Ciudad de Oklahoma en Julio, todavía no se definen fechas.

Hay planes firmes para un taller en Austin, Texas, para Julio 18 y 19. "Despejando el Ser", desde sus inicios.

Manténganse informados a través de los próximos boletines.

ENSEÑANZA

El programa de enseñanza continua su curso. Esperamos empezar a filmar la próxima semana. Si ustedes han expresado su interés por este curso, pero no han confirmado, les agradeceré me lo hagan saber de una u otra forma, estoy trabajando en una lista de personas involucradas en el desarrollo y necesito saber quienes son aquellos que siguen interesados.

MAS ENTREVISTAS / MEDIOS

Hay dos entrevistas de dos horas y media, que han sido filmadas con Alan Steinfel www.newrealities.com No esto seguro cuando estaraán disponibles, pero pueden anotar la página de Alan y estar checando... realmente fue divertido hacer este reportaje en el estudio!!! Este enlace pronto aparecerá en mi página.

Ha sido muy interesante presentar el taller de Salud y Abundancia a personas que no habían estado en alguno de mis talleres por algunos años, - 2 ó 3 - y obtener esta retroalimentación. Las personas me han comentado los cambios que han visto en mí y el poder y profundidad del trabajo. La mayoría de la gente parece estar lista para ir más profundo con mayor rapidez. Será esto una señal de los tiempos? Sospecho que éste es el caso. En los 20 años que llevo en la enseñanza, he notado que la disposición y aceptación de este trabajo ha aumentado. Debido a la naturaleza del trabajo, me ha sido imposible permanecer como la misma persona que era cuando empecé con la enseñanza, pero esto forma parte del camino y a pequeña escala explica porque los demás pueden

captar "esto" con más facilidad que nunca antes había sucedido. Sin embargo esta sólo es una porción pequeña de la razón. Realmente creo que la conciencia colectiva se está abriendo. Más y más personas reconocen que las antiguas normas ya no están dando (asumiendo que en realidad hayan dado resultado mo alguna vez) y están en la búsqueda de algo más nuevo.

Cualquier "sistema" desarrollado desde cualquier personalidad humana, necesita sentirse seguro. El control que nace de la personalidad debe tener un límite de duración. La historia, si se ha de creer en ella, confirma esto una y otra vez. Nace una fuerza, domina y desaparece. Un concepto basado en un punto de vista individual (atrayendo la atención y energía de otros que se suscriben al concepto del mencionado punto de vista), está destinado a estar en conflicto con otros puntos de vista.

El conflicto que se origina entre dos puntos de vista opuestos, ya sea individual o colectivamente, crean emociones y situaciones fuertes, que se convierten en asuntos de derechos propios, en los que el individuo o grupo, debe sostener a toda costa su particular punto de vista. Entonces, el grupo se pierde en el manejo de resultados de conflictos que conlleva a un fuerte desgaste de energía en la defensa de ese o esos puntos de vista. La vida tal como la conocemos se ha originado de tales conflictos.

"Esto no es mío"!

Tantas veces he notado que los sentimientos se adentran en mi conciencia y me he dicho a mi mismo: "Esto no es mío" – escuchando el susurro de la voz de Eric detrás de mí.

Recientemente, vino a mi memoria algo que ilustra este concepto estupendamente! Recuerdo que una tarde allá por los 60, que hubo un apagón - yo tendría 10 años y mi hermana 6. Como se había ido la luz eléctrica mi papá nos mantuvo sentaditos a los dos en la recamara de mi hermana con una linterna.

Papá fue al piso de abajo y después de algunos minutos, me pequeña hermana empezó a gritar... y yo también empecé a gritar con ella. No tenía ni la más remota idea del por qué gritábamos, pero entre más gritaba ella, yo gritaba más alto, y fue tanto lo que ella grito que se creó una situación de sentimientos de miedo y terror. Así pues, nos encontrábamos ambos sentados uno junto al otro, gritando tan fuerte como nuestros pulmones lo permitían. Aún recuerdo la sensación de miedo y terror recorriendo todo mi cuerpo al grado que sentí que podía explotar. En algún momento escuche los pasos de papá corriendo hacia arriba "Que pasa?!" preguntó al entrar al cuarto. Yo respondí "No sé" y es todo lo que mi entre-cortado llanto me permitió responder. Entonces mi papá un tanto aliviado, nos dijo, "si no dejan de llorar, les voy a dar algo para que realmente tengan por qué llorar"!.

Al traer estas memorias a mi mente, reconstruyo toda la escena y recuerdo como todos esos sentimientos que se originaron cuando mi hermana y yo empezamos a gritar y puedo sentir el terror agitando mi cuerpo; lógicamente no existía ninguna razón para que yo empezara a gritar, no pasaba nada en ese momento que yo pudiera reconocer para sentir miedo, pero el miedo de hermana fue contagioso y al yo sentirlo, empecé a gritar con ella para apoyar la sensación; si no hubiera reaccionado al miedo de mi hermana, nunca me hubiera "convertido" en el terror que ambos creamos.

Así pues ahora que soy consciente de mis pensamientos y sentimientos tal y como fluyen a mi mente, reconozco que todo eso es información hacia una respuesta corporal y que esos pensamientos y sentimientos o emociones no son "quien" yo soy. Al momento en el que continuo dándome cuenta y "sólo soy", habrá menos reacción a "convertirse en el sentimiento" y más y más de esos momentos habrá en el que tomaré consciencia y aceptar el todo.

Bueno pues eso es todo por el mes de Abril... manténgase en armonía, despejados, bien y felices. Eric.

Mini Noticias # 4

Mayo 2009

www.ericdowsett.com



Ya hace algún tiempo que he sentido que la “sanación”, a cualquier nivel que sea requerida, se encuentra disponible en un espacio entre pensamientos. Un sitio tranquilo sin tiempo ni espacio. Un lugar de posibilidades infinitas.

Es un lugar que los budistas llaman “la verdadera naturaleza de la mente”, al que a veces se le refiere como “el campo”, o como “el éter” y yo, le llamo “la sopa cósmica”. Es el lugar de donde todo proviene, todo se manifiesta. Suena como un lugar especial. Si, es especial en su naturaleza pero no está en algún lugar distante o en el futuro.

Para aquellos que no le es muy familiar este lugar, al que en adelante nos referiremos como la Sopa Cósmica, para evitar posible conflicto con otras interpretaciones, ésta es mi descripción:

Desearía compartir lo que yo entiendo por labor de “despeje” a través mi experiencia en el camino que he recorrido y acerca también de lo que este lugar significa. Este lugar se le conoce algunas veces como el Gran Vacío, un lugar en el que cuando se expresa un impulso, se manifiesta la forma y dependiendo de la intensidad del impulso (que puede ser a través de un pensamiento, una emoción o una acción) que sumada a la manifestación es lo que percibimos como una realidad. “Como es adentro, es afuera”. Nuestras expectativas condicionadas son cargas o impulsos que nosotros, mayormente sin estar conscientes, expresamos dentro de la sopa cósmica y esos impulsos contribuyen a la realidad manifiesta. No identificamos al mundo manifestado pero si respondemos o reaccionamos a las manifestaciones. Al tomar esto muy en serio, nos enrolamos en el trabajo duro para controlar o manipular el mundo para que encaje en nuestra individualidad, personalidades y necesidades. Así que si éste es de hecho el caso, estamos añadiendo combustible al fuego al tratar de establecer el orden a lo que se originó como una fantasía de la imaginación

Los budistas sostienen que reconocer y permanecer en este lugar equivale a liberarse del ciclo de nacimiento, muerte y renacimiento; y, que además, la mayoría de nosotros tenemos nuestra mejor oportunidad de ver este lugar al momento de morir, cuando el físico y todo su fenómeno asociado desaparece, dejándonos en la verdadera naturaleza mental. Sin embargo, yo sospecho que esto no es tan fácil de ver y permanecer ahí. Cualquier “carga” que aún llevemos al momento de la muerte, (la carga se refiere a cualesquiera deseos físicos, mentales o emocionales obvios o escondidos; cualquier adicción en formas de ser y cualesquiera requerimientos insatisfechos, etc. Etc. pueden muy bien permanecer y expresarse en la sopa cósmica. Mientras que podamos asociarnos con cualquier punto de vista aun sostenido y cargos relacionados, mientras haya expectativas aún no cumplidas, deseos no satisfechos, ira contenida... todo esto puede disminuir las posibilidades de permanecer en la naturaleza verdadera de la mente..

Aparece la pregunta

¿Por qué podría yo querer permanecer en esta sopa cósmica cuando hay tanto por lograr al vivir en esta tierra en el cuerpo físico?

Buena pregunta, pero, si no es que por otra razón, para reconocer como se crea el mundo que percibimos, la parte que jugamos y como podemos, al actuar con consciencia, hacer una contribución más positiva al mundo de la forma. Los budistas habrán sostenido que la mejor oportunidad de reconocer la verdadera naturaleza de la mente ocurre al momento de la muerte, pero no es la única oportunidad. ¿Por qué esperar a que te mueras para entender tu verdadera naturaleza?

Entre más avanzo en el camino del “despeje” se vuelve más evidente todo esto. Un efecto lateral del “despeje” es soltar gradualmente todo el apego a nuestros puntos de vista, para trabajar lentamente a través de todos los patrones adictivos sub-conscientes, liberándolos y al hacer esto, movernos fuera de tiempo y espacio como comúnmente se percibe su existencia. Esto es un estado natural para avanzar hacia adelante, de ninguna manera es algo desagradable y carente de “vida”.

En tanto esto se desarrolla, se vuelve la respuesta evidente y aceptada para todas las situaciones manifestadas. Entre más energía se le concede a un pensamiento o patrón de creencias, es más factible que se manifieste. Entre más energía haya,

más poderosa la manifestación. Si todo esto es muy esotérico, aterrízalo a la tierra, y dalo a conocer a los medios de comunicación; y a la influencia que los medios tienen en la gran mayoría de la población del planeta. Todo es el mismo concepto, pero todavía más obvio.

Un pie aquí, un pie allá!

Al practicar el "despeje" nos mantenemos más tiempo en un estado de quietud interna. Este estado es como tener los pies en dos mundos al mismo tiempo. Uno en el mundo manifiesto y el otro en el mundo no-manifiesto -el mundo sin forma. Entre más familiarizado se esté con esto, se vuelve más fácil permanecer en un estado de quietud. Entre más cómodos nos sentimos, se vuelve más evidente que cualquier pensamiento o emoción que surja, está alimentando, directamente, a la sopa cósmica. Al estar conscientes, podemos notar que estamos alimentando la sopa cósmica, así como el por qué la vida se nos presenta en la manera que lo hace.

Con el "despeje" viene la liberación de viejos patrones conscientes o subconscientes, lo que a cambio libera cargas, o mejor dicho, principalmente, no permite la carga para ninguna creación. Cuando no existe carga sub-consciente, entonces no existe impulso agregado a la sopa sin consciencia. Resultado Olla Presto: "Co-creación consciente"

Podemos ver cómo el mundo externo es creado al entender todo lo expuesto arriba, pero ¿qué hay de nuestro mundo interno... se ha creado diferente? Personalmente, no lo creo. Tomando en consideración el vacío sin forma, la sopa cósmica contiene el anteproyecto de lo que tú eres... ¿Cuáles son los impulsos que estás agregando a la sopa (con o sin consciencia) y que están creando tu mundo interno?

¿Vas a continuar suministrando esos impulsos aún cuando estén creando una vida menos feliz y saludable?

Yo creo que parte del regalo que tengo para compartir es este conocimiento, y también, la habilidad de entrar al estado sin forma, insertar un impulso más "benéfico" de tu parte y añadirlo a un todo de salud y felicidad, enseñándoles esto a los demás, ya que todos estamos en estos dos mundos, pero en tanto permanezcamos inconscientes, nuestros impulsos son reactivos, y estos se traduce en la realidad manifestada -producto de esos impulsos.

Nos pasamos la vida apagando el fuego de nuestras propias creaciones, en lugar de darnos cuenta que en primer lugar, nosotros fuimos los que prendimos fuego. Sabe pues que tu estás haciendo esto, ahora mismo, con cada inhalación que tomas, con cada pensamiento que tienes, con cada emoción expresada, con cada deseo, lo sepas o no, con cada palabra y cada acción

Así que trata de elegir qué es lo que vas a suministrar a la sopa del día.

LA VIDA EN LA COSTA ESTE DE LOS EUA. DVD'S EN YOUTUBE

Regresamos a la Costa Este, y como muchos de ustedes habrán de leer, fuimos a explorar la posibilidad de involucrarnos en el proyecto de establecer una escuela en una clínica u hospital en Nueva York, con el fin de establecer una base para difundir nuestra labor. Muchas veces seguimos posibilidades que nos llevan a darnos cuenta que la razón verdadera desaparece para mostrar alguna otra agenda oculta que se muestra como razón real.

Esto fue lo que sucedió aquí en Nueva York, y hasta la fecha no se ha movido nada con respecto a esta idea de la clínica o la escuela, quizá se presente pero será en el futuro.

La oportunidad que se ha presentado durante nuestra estancia aquí en Nueva York fue la grabación en un estudio con audiencia en "vivo". Más tarde me di cuenta que la audiencia en realidad era la cámara, y no gente sentada a mi derecha!!! Las cosas funcionaron bien. Ahora seguirá la edición de la conferencia, de lo cual pienso elaborar un DVD que se lanzará al mercado, inicialmente a través de la página web. Manténgase al día en este asunto pues hay buena información en el DVD.

Otro beneficio más a través de la sesión de grabación fue el pietaje (longitud en pies) que está disponible ahora en Youtube, y ustedes pueden entrar a través del enlace en línea: ericdowsett.com

Esto fue una introducción del trabajo que siguió después preguntas y respuestas. El antiguo corto de Youtube ha sido eliminado y en realidad nunca me sentí bien con la calidad del mismo y espero que estos nuevos cortos mejoren bastante no solamente en la forma en que compartimos la información sino también la producción en si.

Beneficios de la práctica

Al implementar una rutina de práctica, he estado notando algunos cambios significativos en el “despeje” per se. Recuerden que el “despeje” no se trata de hacer, ni cuestionar, ni contestar, sólo se trata de observar. Al empezar con el trabajo, es muy probable que suceda, debido a viejos condicionamientos de: sentir la necesidad de hacer algo para lograr el cambio, pero entre más practicamos, se vuelve más y más evidente que no hay que hacer nada. Cuando yo me siento a hacer el “despeje” es sólo eso: la intención de sentarme a realizar el despeje. Algunas veces el despeje viene hacia mi sin ningún intento anticipado, sino que por el momento me enfoco y tomo consciencia del acto de sentarme, observar y así viene el despeje.

Ahora bien, el despeje se aparece muy rápido ante mi y ante los que estén involucrados dentro de la “zona” de la tangente, entre lo que es manifiesto y lo no manifiesto. Al introducir conscientemente nuestros pensamientos dentro de la “zona” somos capaces de cambiar la realidad que se está manifestando. Espero que pueda enseñar esto a los Estados Unidos en breve. Manténganse al tanto en su correo para saber fechas y lugares en que se impartirá esta enseñanza.

Experiencia de un practicante en Nueva Jersey

“Después de muchas lecciones contigo acerca de “sentir” las diferentes energías, me sentí encantado de llevar a cabo un despeje de casa en donde la hija del cliente, que había nacido con Síndrome de Down, no caminaba a través de la cocina, más bien zigzagueaba a través de varios cuartos para llegar a la sala familiar, y le había dicho a su mamá que había un hoyo negro a la mitad del suelo de la cocina.

Tuve la curiosidad de checar la energía ahí y encontré una energía yin muy pesada en medio del piso de la cocina. Al empezar el despeje usando mi péndulo para que me indicara el grado de despeje, observé a la hija que miraba fijamente el suelo y cuando sentí que la energía se iba haciendo más ligera, le pregunté si ella veía que la energía se hacía más pequeña. Ella me contestó: “¡Si!”. Al terminar el despeje, atravesó el piso de la cocina y se arrojó en mis brazos y su mamá lloraba emocionada. Lo que a mi me impresionó fue observar los regalos que otros reciben al ver el despeje y como se sienten agradecidos ante eso”.

Talleres

¿Será que la participación está disminuyendo como resultado directo de la situación económica, o al menos, lo que se percibe de la situación económica? No sólo para mi, sino para muchos otros que están presentando talleres alrededor del mundo. Esto es muy desafortunado, porque las mismas herramientas que pudieran ayudar a un individuo a moverse más allá de la ansiedad colectiva acerca del futuro, algo que se ha hecho latente más que nunca, serían de mucha utilidad y ciertamente sería muy conveniente asistir a un taller y aprender a mantenerse al margen de la realidad que se está manifestando y así añadir el pensamiento hablado, y dar el impulso hacia una nueva forma de ser.

Bueno, pero aparte de esto, hemos tenido bastante quórum en Nueva Jersey San José en gran parte gracias a los organizadores Teresa Marinelli en Nueva Jersey y los doctores Jen Lendl y Jan Davis en San José. Y los próximos talleres ambos en ciudades de los EUA, a los que no he impartido cursos anteriormente parecen mantenerse en firme... mucha energía y emoción de estos nuevos organizadores; daré los detalles en mi página web. Los tiempos en realidad están cambiando.

Favor de tomar nota: Programa de dos días en el área Nueva Jersey/Nueva York. Corran la Voz. Esta es una oportunidad para hacer la diferencia en su vida.

Itinerario: Mayo 16	Clear the Self	Part One NJ / NY	lois@loiskramerperetz.com
Mayo 17	Clear the Self	Part Two NJ / NY	lois@loiskramerperetz.com
Julio 18- 19	Clear the Self	fin de semana en Austin Texas	info@ericdowsett.com
Julio 25 - 26	Clear the Self	fin de semana en Oklahoma City	sundari1@msn.com
Octubre 3 - 10		Tuscany, Italia	info@ericdowsett.com

Es todo por el momento, breve y tierno. Espero que todo les vaya bien, en donde quiera que se encuentren. Saludos, Eric.

Traducido al español por: Alicia Arnold Martín

LA VIDA EN EL SENDERO....

Uno de los beneficios de estar en este camino por tanto tiempo es el de conocer muchas personas diferentes alrededor del mundo. Cada cultura muestra sus formas únicas de ser y hacer, no necesariamente para medirse como mejores o peores que cualquier otra. Tan sólo son diferentes. Sospecho que esta es una de las razones por las que Buda hacía que sus seguidores viajaran durante la temporada seca sin vivir juntos por más de 3 noches bajo el mismo techo. De esta forma, ellos no desarrollaban ningún apego a la persona o al lugar, lo cual formaba parte de su entrenamiento. Esto se suavizaba un poco durante la temporada de lluvias, en la que tenían que permanecer en un algún monasterio y entonces se dedicaban al estudio en las bibliotecas, o a remendar sus hábitos, limpiar el lugar o lo que fuera requerido.

Si no se tiene la necesidad de estar rodeado de familiares, este estilo de vida no es tan retador como se pudiera pensar. Generalmente afrontamos retos cuando las circunstancias cambian y es que simplemente nos hemos acostumbrado a que las cosas sean de alguna forma en particular. Somos criaturas de costumbres y hábitos, y sin pensarlo siquiera nos perdemos en esos hábitos; nos envuelven y antes de que nos demos cuenta, creemos que nosotros somos "eso". Tendemos a identificarnos a través de las personas y cosas que nos rodean... nuestros socios, nuestros hijos, nuestro trabajo, o ¡falta de trabajo!, la vestimenta que usamos, la comida que nos gusta, y así en todo.

Caemos en rutinas porque eso es lo que se exige de nosotros, particularmente si tenemos familias, responsabilidades, un trabajo; estamos representando un rol tan bien, que olvidamos que sólo estamos desempeñando un rol: "... todos los mundos en un escenario" –Shakespeare.

Nuestras circunstancias demandan que nos adaptemos para sobrevivir y algunas veces esas adaptaciones son placenteras y otras no, sin embargo nos las arreglamos. Si tenemos la fortuna de tener algunas libertades, podemos ir hacia ambientes más resonantes con lo que pensamos que somos, y esto puede y de hecho cambia. Para muchos es una opción el cambio. Para otros el cambio puede ser muy estresante. Algunos nunca se cuestionan acerca de sus rutinas, esa necesidad no aparece. Para otros la idea de esta rutina de condicionamiento social dominante los vence y sucumben a ello... con sueños sin realizar. Mi padre fue uno de ellos, su pasión era el arte y los viajes; las condiciones sociales de aquel tiempo no le permitieron explorar ninguna de sus dos pasiones. En alguna forma yo viví ese tipo de vida por él.

¿Vidas pasadas?

Si no se adentra uno en "vidas pasadas" es muy difícil entender el por qué la gente se convierte en lo que se convierte, bajo la premisa de formación, estudios, oportunidades similares; esto es lo que yo he experimentado y me he preguntado por qué soy tan diferente a mis raíces. He sido un soñador desde niño. Es un impulso interno que necesita expresarse y he tenido la fortuna de poder seguir estas demandas internas y aunque algunas ocasiones ha habido resistencia, eventualmente la rendición es el mejor camino a seguir. Al viajar de lado a lado, de país a país, no sólo se consigue apertura mental para observar las vidas y culturas de gente diferente, sino que evita que uno se familiarice mucho con cualquier lugar. Esta experiencia me ha ayudado a observar los apegos a ciertas formas de ser, y como me abstengo de permanecer con aquellos que sostienen ideas e ideales que alguna vez yo tuve a través de mi formación y con los cuales me identificaba.

Este estilo de vida no es mejor ni peor que ningún otro, pero me permite expresar mis deseos o mis cargas internas. Y creo que todos hacemos lo mismo, expresar esos deseos internos, ya sea que signifique permanecer en un lugar toda una vida, o viajar alrededor del mundo; trabajar o no trabajar; vivir en paz o no; tener adicciones a las emociones o sustancias o no.

Esto se le llama "karma" en algunas culturas. La energía o carga que llevamos dentro, expresándose a si misma. Hasta el momento en que esa carga se acaba, siempre hay algo más que hacer, debido a que nos asociamos o identificamos con la carga, y pensamos que somos eso; es difícil ser objetivos acerca de la realidad en la que estamos envueltos. Carece de importancia de tu estilo de vida si se está enraizado en un solo lugar, con compromisos, o simplemente perdido en el camino, o vagando por ahí... mientras exista esta carga y haya identificación con ella, aparentemente, hay un camino, o un viaje, o un alguien. Mientras estemos asociados a los pensamientos y emociones que son expresados como resultado de dicha "carga", nos tomamos muy en serio, y entre más en serio nos tomemos, este hecho de tomarnos en serio aparece en primer lugar... y lo digo en serio!!!

Bueno pues en serio... y ahora tenemos que componer la situación para sentirnos mejor. Tratamos de componer las cosas, en base al mismo modelito (sin estar conscientes de este proceso) que en primer lugar, creo la situación. Así que en lugar de liberar cualquier carga interna, la mantenemos, al tomarnos tan en serio. Y aún más este es el resultado de cualquier carga interna que tengamos. Lo que significa que estamos presos en el drama y al estar presos lo perpetuamos.

La vida en el camino, me ha ayudado a liberarme de apegos y ver donde es que dirijo mi energía para manifestar la realidad; también me ha enseñado el valor del despeje en grupo. El sentarse y percibir, sin involucrarse en lo que se ve, sólo unos minutos todos los días, y apoyado por amigos, es una forma muy poderosa para cambiar la carga con la que nos identificamos. Al cambiar la carga vemos emerger diferentes puntos de vista, que al notarlos podemos liberarlos, antes de que esos puntos empiecen a crear aún otra realidad más.

El "despeje" después de todo, se trata de eso, de liberar cargas emocionales y físicas, que a cambio, permite perspectivas diferentes para manifestarse y, con suficiente despeje, el apego a ciertas formas de ser desaparecen, abriendo las puertas jamás imaginadas. ¡la vida... que aventura!

Supongo que cierta carga que aún tengo me hace pensar en crear un espacio físico donde las personas puedan recurrir... un espacio en donde el despeje sea algo que ocurra común y frecuentemente; un lugar para liberar el stress y recordar lo que es sentir la paz interna. Un campo base para los escaladores. A todos aquellos que estén leyendo estas líneas y que piensen que tienen un lugar para llevar a cabo esto, espero que se pongan en contacto. Quizá entonces viaje menos!

Recordatorios y demás...

Hay algunos talleres que se han venido desarrollando (para mayores detalles, pueden referirse a la última parte de este boletín). Durante nuestra reciente estancia en la Costa Este de los Estados Unidos, pudimos lograr que se filmaran algunas conferencias que di, así como unas grabaciones de estudio en Manhattan. Estoy en el proceso de aprender las habilidades de la edición, para poder editar material en DVD-s lo cual es una excelente herramienta para propagar y promover esta labor. Tenía la intención filmar algo del trabajo necesario para la labor de entrenamiento, pero hasta ahora no ha sido posible.

Por ahora la intención es ofrecer dos talleres en dos fines de semana en Holanda, -finales de junio y principio de julio- para que estos talleres sean filmados y editados, a fin de que aquellas personas que deseen enseñar la técnica tengan el material básico.

Estoy ofreciendo estas dos semanas a un precio más bajo de lo usual. Además también estoy ofreciendo un precio especial para aquellos que han participado en mis talleres anteriormente. Si se deciden a venir y participar en esta experiencia, por favor avísenme: info@ericdowset.com

Después de estas semanas en Holanda nos regresamos a los Estados Unidos. Para aquellos que estén interesados, estaré en Austin, Texas; Oklahoma City, OK.; Marin, CA. y Queens, NY. Referirse a los detalles más abajo.

En el caso que este taller esté completo, voy a organizar otro en la villa de Broghino para la segunda semana de octubre. Tengo el agrado de comentarles que la primera semana, sólo queda una vacante... y estamos ofreciendo una segunda semana, ya sea para aquellos que quieran quedarse una semana extra, o para aquellos que no hayan podido asistir a la primera semana. Ya tenemos algunas interesados para la segunda semana, así que si eligen, me avisan para apartarles lugar. Nuestro primer taller en Villa el Borghino fue muy divertido, empoderante, cambios de vida y todo eso y más. Vengan a descubrir por ustedes mismos la magia de experimentar el trabajo. Octubre 3 al 10, hay un lugar disponible. De octubre 10 al 17, hay lugares por el momento.

Un pensamiento a compartir antes de terminar este boletín.

La retroalimentación de estudiantes y lectores de mini-noticias habla de una escala de energía planetaria, mientras se acelera el crecimiento potencial humano... también está enloqueciendo a algunos que hace que sea difícil tratar con ellos.

Lo mencioné arriba como a veces he resistido la "carga" que aparentemente necesita ser expresada a través por mi, y como esa resistencia ha creado sus propias consecuencias.

No importa lo que pensemos que esté pasando en el mundo "energético", sólo se trata de una interpretación basada en nuestro entendimiento y experiencia personal. Quizá haga sentido, quizá no; quizá sea placentero, quizá no. Nosotros experimentamos cualquier cambio como placentero o no placentero, dependiendo de nuestros niveles de confort. Y los niveles de confort muchas veces son patrones de conducta con los cuales nos hemos familiarizado. Cuando podamos liberar los apegos de nuestra historia personal, será menos factible que estemos incómodos. En lugar de tratar de manipular o regular el cambio, -que ya en sí es muy posible cree sus propios problemas- mejor fluimos con el cambio.

Si tratamos de ayudar a aquellos que sufren como resultado a su resistencia al cambio, entonces vale recordar que todos estamos en el mismo barco y que la resistencia colectiva crea mucho más problemas que resoluciones. En lugar de tratar de ayudar a otros, podemos aprender a liberar nuestros apegos y en el proceso, ayudarles a que liberen los suyos. Vale la pena tratar!

Itinerario

Juno 27 – 28	Despejando al Ser	Utrecht, Holand	info@ericdowset.com
Julio 4 – 5	Despejando Espacios	Utrecht, Holand	info@ericdowset.com
Julio 18 – 19	Despejando al Ser	Austin, Texas	robinshepperd@Austin.rr.com
Julio 25 -26	Despejando al Ser	Oklahoma City	sundaril@msn.com
Agosto 1 -2	Despejando al Ser	Marin, CA	risingchi@aol.com
Agosto 9 – 10	Despejando al Ser	Nueva York	lois@loiskramerperez.com
Octubre 3 -10		Tuscany, Italia	info@eridowset.com
Octubre 10 -17		Tuscany, Italia	info@eridowset.com

Traducido por Alicia Arnold M.
<http://flordelavida.com.mx/mer>

Change...

What does it mean.... and are we ready for it? Whatever it may be.

Last month I wrote about my perceptions of who and what we become, and why. Living a rather nomadic life I have been able to see situations a little more objectively than many who are caught up in the day to day hustle and bustle of life. But in itself this lifestyle can become routine, we get used to most things given time, and I am well used to a life on the road. How much can I change, is there any real need to change at all?

For whatever reason we develop certain ways of being, certain expectations, we hold certain values and judgments, often on a very deep, sub-conscious level. I have often spoken at workshops about how, because of these deeply rooted perceptions we expect life to be a certain way. This 'way' has nothing to do with good or bad, right or wrong, healthy or not. We have seen, through the various images of blood cells, how the body is not discriminating. It will produce balance and harmony or chaos and ill health without seemingly a choice. Something must be instructing the blood cells to continue to reproduce in particular ways.

If the system reproduces itself in a chaotic state it often manifests in ill health, given time the chaos becomes more and more physical until it reaches a point where the body starts yelling out, loudly, for help. The difficulty is recognising the chaos before it manifests as dis-ease. From my very limited experience it appears that the majority of us are all in some degree of chaos, which the body continues to reproduce. How crazy is that?

Again the difficulty is recognising that we are in chaos, this can be hard, at least until the body lets us know in no uncertain manner, that it needs help. Over the years I have been teaching and consulting it has become apparent that any system in chaos seeks other systems in a similar state of disorder, whether it actively seeks them out or is simply drawn to them through an internal resonance is a point for later discussion. If a distressed system (a body) remains in an environment it will affect that environment, this is true for healthy bodies as well those in distress. These 'external' effects can be quite subtle, at least to the person living in the space, as they creep up gradually, and after all, are only reflections of the internal chaos of the individual or group of individuals. As such they represent a part of the individual or group, a part of which the individual or group are unaware. The challenge being to observe oneself with total objectivity and honesty. Not an easy task, to step outside of the self and take a good hard look.

As Within - So Without

Over time then, the environment adjusts to harmonise with those living in it. This may appear to be quite uncomfortable, since very few are comfortable with their shadow (assuming they are even aware of it to begin with). It is when we notice discord that we call in the Feng Shui expert, or the space clearer. Someone to help us bring balance back into our environment, for as long as we externalise our problems we fail to see the part we play in creating the world we live in.

Because of conditioning, and we are all conditioned in some way or another, we get used to being a certain way. This 'way' may not be healthy, it may not bring abundance, it may impose many limitations on what we believe we can and cannot do, it also reproduces conflict internally. We adjust to or create an environment that reflects our internal expectations and feel comfortable within that model. All goes well until the model is challenged, as it invariably will be, because others live by different models, have different values and expectations. There are few choices open to us when this happens, because we have lived a life according to certain perceptions, our choices are limited to something within those perceptions.

So our dependance upon the values of our past deepens and it is harder still for us to break free and learn to respond to situations and not react to them.

When for whatever reason, our external world changes dramatically there arises even greater conflict internally. We struggle with 'new' ways, different ways, we either run way from or fight the changes. Whichever path we choose our internal system is thrown into greater chaos because our external world no longer matches the safe, comfortable reality that we have spent much time in.

This may well lead to dis-ease made manifest, a system already in a delicate state of balance, but having gotten accustomed to the stress has little opportunity to realise just how stressed it is. It, the stress, having crept up on us over many years, very subtle, not at all obvious. Now our internal system has to cope with a new reality but it rarely has the experience, or the mechanism for new ways, so established has the body become on old 'familiar' ways that change is truly challenging.

We may think we can handle the change, because, after all, how many of us are so in touch with the body that we know at any given moment in time what it is feeling and how it is responding / reacting to various stimuli. Over the years I have been teaching this one thing among many has become obvious, most people do not know their body is stressed until it breaks down.

We may state that we are ready for change, but, if we were truly ready, then we would be the change, not just talk about it and claim our readiness. Change itself is not so easy to accept because change is so alien to an energetic system (our body) that has established itself in certain patterns. Patterns that have become so routine as to have become addictive. Without our conscious knowing we follow certain ways of being, present to the world certain expectations, which, if not met, create an agitated state internally. If the agitation persists the body goes into greater chaos and discomfort, adding to an already tense situation. This is not the path to change, this is the path to internal, and external conflict. A path we have all been down many times.

Coming - Ready or Not...

Change is often challenging to certain points of view we hold about the world and our place in it. All the time we say we are ready for change but at the same time hold on tight to our points of view, whatever they may be, we are resisting change.

Letting go of old patterns does not imply that chaos will follow. Quite the opposite, but until we have direct experience of that, we live in fear of change. This fear not only keeps us from change but it slows down change in the world around us.

Notice your points of view. Ask your self, is this point of view truly valid, is it really better than someone else's point of view, simply because it is yours? Simply because it is shared by your friends? Understand how addiction to points of view causes war, hatred, distrust, abuse. Then decide, are you really ready for change.

and the answer is?

If the answer is yes, then we have a few weekends planned that will help you make the transition into a new way with ease.

The schedule for the remaining months of this year is on the last page of this news-sheet, but among the places I expect to be are Meilen, Switzerland September 12 - 13; Murten, Switzerland September 19 - 20.

And there is still space for the second week in Tuscany, October 10 - 17.

The first week is bursting at the seams, a very popular program. For those of you who are practicing this way of being on a daily basis it offers time out, the space to remind your self of the value of this way of being. There are many reasons why people come along to the residential program (and many reasons why they don't!). I think one of the biggest reasons they do is that they have discovered through this work a way to be in the world that creates less chaos or confusion, in themselves and their environment. Having discovered this they do all they can to strengthen that understanding. Until this little light goes on, this is just another workshop available these days, and we all know there are an abundance of workshops around today.

general news

The teaching videos are getting closer, taken a while, but some things just seem to take longer than others, will be in touch with those of you who are wanting to facilitate classes in your areas soon.

There is a DVD now available, a recording made in a studio in Manhattan. It is an introduction to the work and will certainly help those who want to understand the work better before making any commitments. This is available now for Euro 15, US 20, excluding postage.

server and web shop

Recently we had a problem with the web site server, based in the US. They were well and truly hacked. As a result of this our web shop is still not back online and we are working towards a solution. If you need to register for a workshop or order books or DVD's please email me care of info@ericdowsett.com. Do not send your credit card information, I can call you, using Skype and take down details, much safer that way.

Plans for the future, well, seeing how 'plans' in the recent past have been little more than ideas that may or may not work out, plans is now a word used to describe a possible event, occurring at some possible time in some possible future. Be that as it may, I am hoping to develop some research into the value of clearing, and have that supported by a recognised authority, a university or the medical world. More on that as it unfolds. Does anyone have any information on how to conduct a webinar?

Still wondering where to settle over the winter, weather wise would prefer Australia, but it is so far away right now, who knows. Anyone with any positive suggestions I would be happy to hear from you.

Teaching Schedule

June 27th - 28th	Clear the Self weekend	Utrecht, Holland	info@ericdowsett.com
July 4th - 5th	Clear the Space weekend	Utrecht, Holland	info@ericdowsett.com
Sept 12th - 13th	Clear the Self weekend	Meilen, Switzerland	lotti.nuenlist@hispeed.ch
Sept 19th - 20th	Clear the Space weekend	Murten, Switzerland	cosimaoesch@gmail.com
October 3rd - 10th	Where to Next residential wk 1	Tuscany, Italy	info@ericdowsett.com
October 10th - 17th	Where to Next residential wk 2	Tuscany, Italy	info@ericdowsett.com

Change of Address

please note, that my earthlink email address is no longer in use. Change your address book while this is in your mind to:
info@ericdowsett.com.... till next time, be well, be happy, Eric

Mini Noticias Boletín #7

Agosto 2009

www.ericdowsett.com

Si hablas español ésta es la edición para ti.



¿PAZ MENTAL?

Un amigo comentó recientemente que a pesar de que disfrutaba la exploración de la mente, pareciera que se interponía en el camino hacia la paz que él andaba buscando. He escuchado que la mente es un excelente sirviente pero un mal amo. La mayoría de nosotros somos sirvientes de nuestra mente y no todo lo contrario.

¿Qué es eso que llamamos mente, dónde se puede encontrar, de dónde proceden todos los pensamientos que desfilan en nuestra conciencia? Yo sólo postulo la pregunta, no esperen que tenga la respuesta. ¿Habrán tan sólo alguien a quien preguntarle? Quizá cuando la mente se aquieta y está en paz, entonces lo único que queda es el ahora. Y ¿por qué sería de algún beneficio estar en el ahora?...se ha escrito mucho acerca del “ahora” y la importancia de estar en el ahora... pero... ¿qué es? O quizá... ¿qué no es?

La dificultad en ofrecer razones para estar en el ahora, puede ser entendido solamente por alguien que ha abordado el concepto. La mayoría de nosotros nos encontramos presos en el pasado, nuestras mentes, como el enfoque de una película, están constantemente viendo el mundo de nuestras experiencias pasadas, de nuestro comportamiento derivado de un aprendizaje previo. Esto puede ser un problema que se perpetúa en la manifestación de una realidad basada en la lucha. El adoctrinamiento individual de lo que conceptualmente significa un ser humano, está tan esparcido, que cada quien se lo toma muy en serio. Esto, como resultado, nos impide estar en el ahora.

A un niño se le educa para que interprete el rol en un concepto de lo que es un ser humano. No importa que rol o papel que interprete: enfermera, ingeniero, carpintero, contador, mamá, papá, lo que sea, y nosotros, o al menos muchos de nosotros, pareciera que podemos elegir. Quizá sí, pero esas elecciones están todas limitadas a encajar dentro del mismo viejo concepto de la experiencia humana. Dependiendo de mi formación cultural; formación familiar -que bien puede estar basada en “experiencias de vidas pasadas”, o alguna “carga” que traje conmigo; el nivel de educación, etc., es factible que mi futuro pueda ser mapeado.

Nos imaginamos que es así como son las cosas; como deben ser; como continuarán siendo... pero, ¿es esto verdaderamente el caso? Hemos sido encaminados a creer en algo, para el beneficio de algunos pocos, que nos encarcela en un ciclo repetitivo de viejos patrones. Una alternativa, si hubiera alguna, no es obvia, o quizá hayamos adoptado una ahora, pero en su lugar, elegimos votar por un nuevo político en el poder, acariciando la esperanza de que el/ella traerán cambios positivos (pero entonces ¿que cambio positivo pueden esperar aquellos que votaron por el partido oponente?). Estamos constantemente divididos en cualquier tema dentro de un concepto del mundo ilusorio que estamos sosteniendo, sin dejar espacio para el cambio. En su lugar, buscamos cambios en revoluciones, nuevas leyes, manipulación en la realidad manifestada... y todo el tiempo operando desde una muy limitada realidad.

NUESTRA PRISION PERSONAL

“El ser humano es parte de un todo que llamamos “universo”, una parte limitada en tiempo y espacio. Se cree así mismo, pensamientos y sentimientos como separado del resto –una especie de ilusión óptica de su propia conciencia. Esta ilusión es una prisión para nosotros, restringiéndonos de nuestros deseos personales y de dar afecto a los pocos que nos rodean. Nuestra tarea debe ser liberarnos de esta prisión ampliando nuestro círculo de compasión para abrazar a todos los creaturas vivientes y toda la naturaleza en su belleza”.

Albert Einstein

Es casi imposible para la gente aceptar esta idea, porque el condicionamiento del pasado ha sido tan efectivo, que el cuerpo mismo a nivel celular cree en esta ilusión de la separación. Estamos tan perdidos que la misma idea de estar perdidos nos es desconocida. Para el que se pierde en el sueño, ¿quién puede decirle que se trata de un sueño?

¡NO SON MIAS!

En los talleres hemos descubierto que las emociones en sí no son nuestras. Son como una transmisión de radio... ondas de información viajando a través del ambiente físico, provocando la producción de varios químicos que crean dentro del cuerpo "el sentimiento" que le llamamos emoción. Hemos descubierto también que entre más nos identificamos con esos sentimientos, se produce más de esos químicos y cobra más fuerza el sentimiento.

Así que al identificarnos con este fenómeno, da por resultado una manifestación física de ese fenómeno, que asimismo crea el mundo en que vivimos.

Lo mismo sucede con sensaciones físicas. Estas son frecuentemente producto de la forma en que nos hemos relacionado con nosotros mismos, junto con las experiencias del pasado. Cualquier sistema que se mantiene estresado por un periodo de tiempo, va a tener una reacción. El cuerpo humano es lo mismo, sólo que quizá no hayamos estado conscientes de que estábamos estresados hasta que el cuerpo empieza a protestar severamente. Nuestros estudios parecen mostrar que la mayor parte de la gente está de hecho bajo tensión. La enfermedad física, es frecuentemente un producto de dicho stress. Sin embargo en lugar de darnos cuenta de esto y trabajar en una solución de fundamento, medicamos nuestro cuerpo sin hacer nada acerca de la causa fundamental.

Y lo mismo aplicaría para la mente, un aspecto no físico del ser. Tomamos tan en serio la manifestación de la realidad que la mente constantemente se esfuerza para lidiar con la manifestación. Y, trata de encontrar formas para manipularla, para protegerla de sí misma, para huir de ella, para sacar lo más que se pueda de la misma, para evitar el sufrimiento que conlleva en sí misma... y, entonces ya no existe ninguna paz interna en la mente.

La meditación -desde hace mucho tiempo- ha sido un método para lograr un estado de paz mental, pero es difícil mantenerse en meditación, a menos que dediquemos nuestra vida a ello, ya que las presiones colectivas son constantes y atacan todo el tiempo cualquier defensa que podamos desarrollar. El ser celular en que nos hemos convertido, se resiste al cambio cuando siente que es amenazado por lo desconocido, lo raro, y prefiere lo que le es familiar, aún cuando se le demuestra una y otra vez que lo familiar ya no es sostenible, que ya no está dando resultado; que, por el contrario sólo está creando más dolor y sufrimiento y que la mente al tener que enfrentarse a esto, se retrae constantemente hacia las creencias comúnmente aceptadas, en busca de la paz.

El "despeje" es como el peldaño de salvación, nos lleva de la mano y amablemente nos conduce a una visión diferente del mundo; a la relación de pensamientos y sentimientos desde otra perspectiva. Esto permite cambiar la naturaleza celular en que nos hemos convertido, muy suavemente y de manera segura, hasta que se abren otras puertas hasta ese momento desconocidas, e inhabilitadas porque no existían, de hecho, no podían existir en nuestra realidad, debido a nuestra adicción hacia creencias del pasado.

TECNOLOGIA AL RESCATE!

Intento establecer un programa base en página web, para ofrecerla a todos aquellos que estén hartos de las viejas formas, a aquellos que anden en busca de respuestas fuera de la caja colectiva llamada "realidad". Pero necesitaré alguna ayuda, todos los retos para establecer tal programa, tecnológicamente están más allá de mi alcance... yo sé bien que este boletín llega a todos aquellos que se encuentran en el camino, pero para llevar el cambio hacia una forma más sostenible y con mayor difusión, la asistencia e integración de más personas, facilitará la difusión de modo más rápido y sencillo. El "despeje" no es una forma de control mental, se trata del despertar de un sueño colectivo y no de imponer otro sueño.

Encuentro que hay mayor oposición, especialmente en países con conciencia social, porque esa conciencia social parece ser tan importante y hace que sea necesario estar totalmente enfocado en obtener mayor libertad civil, mayor justicia y es así que esta gente se desvía del punto completamente. Necesitamos tomar un paso tan afuera del pensamiento común y corriente que la mayoría de las personas ni siquiera pueden vislumbrar la relevancia. No es posible, ya que su propio ser celular está atrapado en el drama, tanto, que sólo puede buscar las respuestas dentro del marco del mismo drama. Y claro.... Nada cambia...

¿Están dispuestos a crear la diferencia?; ¿Están dispuestos a dejar el pasado atrás y crear la posibilidad de dar un paso hacia un futuro diferente? ¿Pueden ayudar de alguna manera para que esto suceda?

Depende de ustedes.....

OTROS TEMAS

Tuscania, el Despertar hacia una nueva Realidad – Oct. 10-17 2009

La segunda semana todavía está abierta, pero no por mucho tiempo, si tienes intención de unirme, por favor notifícame tan pronto puedas. De lo contrario quizá ya no encuentres lugar.

PRIMEROS AUXILIOS

Mi nuevo libro “Primeros Auxilios – Una guía para el camino hacia un Nuevo Futuro” estará disponible para finales de agosto o principios de Septiembre... en buen tiempo para un regalo diferente en Navidad. Este libro es esencialmente una guía en el sendero para “despejar el ser... y a otros”. Contiene historias, ejemplos y lecciones prácticas, diseñadas para llevar al lector hacia adelante en el auto-conocimiento.

Espero tener los ejemplares suficientes para la próxima emisión de este boletín a su correo electrónico.

ORDENES DE COMPRA EN LINEA

Aún estamos con algunos problemas para la tienda en línea en www.ericowsett.com El servidor tuvo algunos pirateos y todavía hay que re-establecer algunos asuntos. Mientras tanto, para aquellos interesados en registrarse en talleres, o compra de CD's o libros, les agradeceré me manden un email con su orden de compra o también su orden de compra telefónica. Yo puedo llamarles y procesar los detalles de tarjetas de crédito. Por favor NO manden emails con sus datos de tarjetas de crédito. No es seguro y no quisiera que tuvieran ningún mal percance. info@eridowsett.com

INVESTIGACION EN “DESPEJE”

Estamos explorando posibilidades para llevar a cabo una investigación sobre “despeje” y tratar que sea aceptada como una corriente de gran valor en el proceso de sanación, ya sea física, emocional, mental o de conflicto social. La evidencia de anécdotas es bienvenida, así a trabajar en el teclado. Como es usual, todos estos proyectos requiere de fondos, si alguno de ustedes conoce a un filántropo que pueda interesarse en unirse a nosotros, les agradeceré me informen. Espero que estás oportunidades pueden desplegarse en Europa.

ITINERARIO DE TALLERES

Agosto 15 - 16	Despeje del Ser	Utrecht, Holanda	info@ericdowsett.com
Agosto 20 - 30	Programa Avanzado	Utrecht, Holanda	info@ericdowsett.com
Sept 19 - 20	Despejando el Espacio	Murten, Suiza	cosimaoesch@gmail.com
Oct 3 - 10	Hacia donde Residir	Tuscany, Italia	info@ericdowsett.com
Oct 10 - 17	El Despertar hacia una una Nueva Realidad	Tuscany, Italia	info@ericdowsett.com

Hasta la próxima, que estén bien y sean felices! Eric

Traducción: Alicia Arnold Martín <http://www.flordelavida.com.mx>

Perdidos en el vacío...

Cuando nos encontramos inmersos en el drama: en una crisis económica, en algún conflicto mundano, en batallas del pasado que se llevan a costas, en una lucha de sobrevivencia que es tan fuerte que absorbe toda nuestra energía y nuestra mente, necesitamos afrontar las situaciones en nuestra vida... las emergencias, las necesidades. Este estado de angustia nos da muy poco tiempo o energía para reflexionar sobre la causa-raíz de la situación en la que nos encontramos atrapados. Este hecho ha sido una "verdad" a través de los tiempos; generalmente, sólo aquellos que gozan de una vida confortable, en la que no tienen que preocuparse por el diario sustento, ni acarrear agua, o proteger sus intereses, son los que pueden darse el lujo de una auto-reflexión.

En el occidente parece ser que hemos llevado una vida muy material. Cuando la ciencia ocupa un lugar tan importante en el desarrollo de una cultura, las respuestas se buscan en la ciencia y la religión ocupa un lugar secundario, ya que se sustenta mayormente en las tradiciones del pasado, aún así la sociedad se mueve, no necesariamente hacia adelante, pero se mueve.

Los aspectos material y espiritual, vistos desde un punto incompatible, simplemente reflejan un estado de división interna; una separación interna. El diálogo interno que emerge como resultado de este conflicto, es una interminable conversación interna para muchos... para aquellos que sólo se sentirán a gusto si: tienen más... o menos de esto o el otro.... Cuando tengan un coche nuevo, un nuevo socio, un nuevo trabajo, una nueva apariencia.... Todo esto son síntomas de un conflicto interno que nos enfurece a todos. Como resultado de este conflicto interno, la gente empieza a buscar respuestas o soluciones afuera de si misma y entonces culpa a los demás, o se victimiza, o se une a organizaciones o busca la seguridad financiera.

Cuando en un momento dado, nos entregamos a cualquier tarea que estemos llevando a cabo, encontramos la paz, entonces desaparece el diálogo interno que distrae dicha paz. El sumergirnos en una tarea es una buena forma para aquietar los molestos diálogos internos. Sin embargo, esto no es algo muy fácil de hacer; la propia naturaleza de lo que pensamos que somos, de en lo que nos hemos convertido a través del largo proceso de vida al identificarnos con nuestros pensamientos y emociones, obstaculiza frecuentemente un estado de paz mental.

Mientras nos encontramos en cualquier estado de conflicto interno, ya sea consciente o no, la vida parece ser una lucha constante; estamos atrapados en hacerle a las situaciones emergentes; nos las pasamos apagando fuegos y mayormente, en una forma de control dañina. Esto es tan "real" para nosotros que siempre andamos buscando formas de ayuda para apagar fuegos, sin darnos cuenta que como sea que tratemos de controlar las situaciones (o evitarlas) a nuestro alrededor, lo que hacemos es simplemente añadir combustible al fuego. Es como si, a nivel inconsciente, fuéramos adictos al drama.

ALGUNOS MALOS HABITOS

Al mantenernos perdidos en el drama, alimentando la adicción, sólo garantizamos más de lo mismo para el día de mañana. Es difícil darse cuenta y salirse de esa percepción, particularmente cuando es posible que ni siquiera estemos conscientes de estar en el drama. Además de esta adicción subconsciente al drama, hacemos todo lo posible para permanecer en la experiencia resultante, negando que estemos atrapados, perdidos en una realidad manifiesta en la que nosotros, hasta cierto punto, somos responsables de haber creado, o al menos haber apoyado.

En muchas ocasiones, me preguntan si esto es así y para quienes hacen la pregunta y aceptan hasta cierto grado el papel que han estado jugando y se encuentran en una etapa en la que les gustaría “jugar un juego diferente”, y se les dice que es lo que pueden hacer para cambiar las cosas.

No hay respuesta que tenga a la mano, ninguna frase hecha que aplique a todas las personas, más bien las palabras llegan en el momento y se ajustan a la persona con la que se habla. Generalmente sucede de la siguiente manera: DESPEJATE a ti mismo, a tus amigos y familiares tan frecuentemente como lo recuerdes. Ni más, ni menos. Recuerda cada vez que te esfuerzas conscientemente para sintonizar tus pensamientos y sentimientos, incluyendo aquellos que involucran a otra persona, estás llevando a cabo ajustes internos hacia tu reacción hacia esos pensamientos y sentimientos. Al trabajar en ti mismo a este nivel, la memoria celular cambia y es menos reactiva, y más activa. Con la práctica, esto te permite, a nivel interno, estar atento y aceptar todos los pensamientos y sentimientos que aparezcan, lo que significa que atraerás menos aspectos sombríos de ti mismo, de tal suerte que tendrás menos con que lidiar, menos fuegos que apagar.... Lo que te libera para que empieces a ver las cosas de una manera muy diferente.

UN PASO A LA VEZ

Como una práctica diaria puede ser también observar todas las situaciones, y eso significa TODAS las situaciones son kármicas. El bien conocido Causa y Efecto. Podemos ahora argumentar sobre esto, ya que “no hubo nadie en casa” que trabajara en los últimos meses en el envío de mini-noticias; no hubo un “yo” para crear o puesto de otra forma alguien consecuentemente afectado por “karma” y eso puede ser verdad. Sin embargo mi experiencia que la adicción hacia un sentido del ser es parte del camino de la realidad en tercera dimensión, de lo contrario ¿Cuál sería el punto? El reconocer simplemente en lo que nos hemos convertido mediante el proceso de identificación con el fenómeno, es, como un imán que atrae las experiencias, esto es una condición humana en la que siempre queremos mejorar nuestra vida. Pero mientras pensemos que los pensamientos y emociones son parte de “nosotros, entonces “nosotros” tenemos que hacer algo.... Esto es un profundo condicionamiento en nosotros.

Retomando el tema del “karma”. Aún cuando sólo pretendamos que todas las situaciones son kármicas, al añadir nuestra energía (pensamientos, emociones, y expresiones físicas) estamos añadiendo carga al registro kármico. A mayor energía que pongamos en un pensamiento, sentimiento, o emoción, parece convertirse más real. En tanto se vuelve más real, mayor es la energía que se necesita para lidiar, controlar, manipular o negar la realidad manifiesta. Como en una enfermedad física, sólo hay que imaginar que ha estado escondida -al acecho- por algún tiempo, antes de manifestarse. Una vez que se manifiesta, podemos negarla o hacer algo al respecto. Pero mientras se encuentra escondida en alguna oscura esquina, sin ser vista, no podemos hacer nada al respecto más que esperar a que sea obvia. Si fuéramos capaces de darnos cuenta del desequilibrio antes de que se manifestara, desde luego sería mucho más fácil lidiar energéticamente con esto, y no después que los aspectos físicos se manifiesten en enfermedad.

Así pues que al tratar todas las situaciones como kármicas, cuando podemos, podemos elegir, aún cuando poder aquí significa que hay un momento de elección, un espacio de tiempo en el que nos dirigimos hacia una reacción condicionada. La elección que reduce la carga es simplemente la aceptación... sin juzgar, sin identificación, sin negación, sin culpa. Es difícil al principio, al llevar tanta carga... pues el espacio entre estímulo y reacción es muy breve. Así que nuevamente, paso por paso, comenzando por estar atentos.... la llave como siempre, es crear consciencia. Con la práctica se vuelve más fácil estar alerta y llegar a la aceptación. A menor carga que demos a una situación, es más factible que la carga desaparezca en algo que pertenece al pasado. Esto nos permite estar más presentes en el momento, observando y respondiendo en lugar de reaccionar, y.... disfrutar los beneficios de una liberación del pasado.

Los beneficios son inmediatos, no se cuelgan hasta la muerte para esperar a ser mejores. Ustedes pueden encontrar pasos muy fáciles que apoyen en este proceso en mi último libro "Primeros Auxilios". Esta disponible en la página www.ericdowsett.com o en Amazon.

EL APOYO ES LA CLAVE

La dificultad que enfrentamos al empezar una práctica como ésta proviene del entorno, sin el debido apoyo, es muy fácil pensar que nos estamos imaginando cosas (¿?). En cualquier esfuerzo, la comunidad es la clave. Si el concepto te resuena, estoy ofreciendo varios programas de ayuda, con un modelo de rol interno recién creado y que es diferente al anterior, basado en el hábito. A través de caminar lo que hablo, he llegado a desarrollar una poderosa habilidad de mantenerme en un estado de no-juicio. La presencia que llevo a los talleres (y supermercados!!!) permite a los participantes sentirse en un lugar muy seguro.... Es la cuna de una mayor paz interna. Entre más se puede permanecer en ese estado, más fácil es regresar ahí y entre más se permanece en ese lugar, más profundo se llega.

Y EL FUTURO ES....

Habrán varios fines de semana de trabajo para 2010, el lugar y fechas se irán dando en la página, o si continúa la edición mensual Mini-Noticias, ahí podrán ustedes consultar. Hay o ya hubo algunas fechas en proyecto.

SUIZA En enero 15/17, hubo un taller de 3 días de Despejando el Espacio. Se combino este taller con recorridos por los campos suizos, explorando la historia de este país.

Casi toda la gente prefiere los días viernes, sábado y domingo, sobre todo las personas que vienen por primera vez. Para aquellos que sólo quieren dar seguimiento a las enseñanzas, generalmente se aparecen un sábado o domingo. El boletín debe salir muy pronto y está escrito en alemán, pero todavía no se ha decidido si el taller va a ser traducido. Por lo pronto la mitad será en inglés y esa será "mi mitad". El próximo es en Abril 17/18

OTROS LUGARES DE EUROPA

Se están coordinando fechas y lugares en Holanda y Reino Unido. Si tú tienes alguna idea y quieres coordinar un grupo en otras partes del mundo, agradeceré me lo hagas saber. Hay algunos planes por ahora. Desde luego, hubo algunos planes en los que fue necesario aplicarse a la tarea de inmediato, pero por ahora veremos como se desarrollan las cosas con menos que-hacer y más ser.

Y TODAVIA MÁS LEJOS

Hay algunas ideas que todavía necesitan más planeación y se trata de dos fines de semana o una semana en Mumbai, en su mayoría para oriundos del lugar, pero si se convirtiera en una semana, se les invita a participar (no se llevaría a cabo en la Ciudad de Mumbai). Bali –una semana- por lo menos en Bali, en el lugar cerca de Ubud... creo.... Y si todo va como se planea, entonces habría unos cuantos fines de semana en Australia. Si hay respuesta de interés, muchos australianos que ya estuvieron en Bali, habrá otra semana en Oz.

LOS TEMPLOS DE LA DIOSA

Un plan en el que ya se está trabajando es el de pasar una semana en Malta para marzo 7 al 14. Una semana que incluye varias visitas a los antiquísimos templos, pueblos medievales y palacios. Quizá haya algún Despeje Ambiental por hacer, pero como lo hicimos en Irlanda cuando visitamos la zona arqueológica ahí, los beneficios fueron mayores para cada una de las personas, así como el Despeje subsecuente. Así que la combinación de un recorrido histórico del lugar y los templos con el poderoso proceso de Despeje, seguramente hará un fin de semana divertido e interesante.

Y ...TUSCANIA

Otra vez –Tuscania. Las experiencias que hemos tenido ahí han sido muy poderosas para todos los que han participado y es un lugar tan agradable, por lo que decidimos regresar una vez más. Esto será para Octubre 3 – 10.

Las plazas para talleres residenciales son limitadas, así que un registro oportuno, garantiza tener lugar.

Y si alguno de ustedes tiene alguna anécdota que ilustre el poder del Despeje, por favor compártanla. Esto ayuda a quienes no están tan familiarizados con el “trabajo” de acuerdo a las expectativas.

Hasta la próxima, esperando que haya próxima.... Sin apegos, sólo esperemos y veremos.

Que estén bien! Eric

PD muchas gracias a todos aquellos que han contestado al último boletín.... Es enriquecedor saber que hay personas que lo leen y ya sea que lo gocen o no!

Traducido por Alicia Arnold Martín <http://www.flordelavida.com>