

Noticias de Rue

*CONOCIMIENTOS QUE PUEDES
UTILIZAR
PARA PRACTICAR EFT CON ARTE Y
CORAZON*

Volúmen 3, Número 8



Para suscribirte a mi boletín en español, haz clic en el siguiente enlace:

<http://snipurl.com/20eqw>

El siguiente enlace te llevará a la página de archivos donde puedes acceder a ediciones anteriores de mi boletín.

<http://snipurl.com/20eqx>

¡BIENVENIDOS!

Hola Queridos Amigos –

¡A todos los suscriptores a este boletín, gracias por uniros a esta bondadosa y amable comunidad de gente que están dispuestos a soñar en grande sobre lo positivo y lo posible para nuestro mundo!

Os agradecería vuestros comentarios sobre el boletín y que me contéis qué os gustaría saber y leer aquí. Me encanta tener noticias vuestras.

Si os gustaría leer más artículos sobre EFT, visitad nuestros archivos ezine (en inglés):

<http://www.intuitivementoring.com/ezine.html>

Cuando la curación “no funciona”

Este artículo no es acerca de EFT específicamente, sin embargo vale la pena leerlo.

* Obtendrás algunas ideas acerca de cómo introducir tu imaginación para avanzar en la sesión.

* Hace que se formulen preguntas importantes:

¿Cómo sabemos que la curación se ha dado?

¿Qué es en sí la curación?

Cuando Chloe llegó con un dolor en su pierna, mi intención inicial fue que hiciéramos tapping para el dolor. También surgieron algunos problemas adecuados para atender mediante tapping, pero en esta sesión el proceso de recabar información tomó vida propia. He aprendido a seguir la corriente de lo que surge cuando hacemos tapping, si lo que sucede se siente bien en ese momento. Tal como señala la tarjeta de “Gente con historia” que está en mi escritorio: “Si te aferras a la manija... resulta más fácil mantener la ilusión de estar en control. Pero resulta más divertido si sólo dejas que el viento te lleve”.

El dolor en la pierna de Chloe no había respondido a la atención quiropráctica, al masaje o a la fisioterapia. Ella describió su pierna en términos muy vívidos, tales como “carne muerta”, fría, adolorida, y sorprendentemente mejoraba cuando ella hacía paseos de montaña. La sensación era intensa, 7 u 8. Sin embargo, ella no tenía idea alguna de la causa del dolor.

Al buscar la causa, no pudimos encontrar ningún vínculo con alguna experiencia que sugiriera la fuente física o emocional de este dolor. Debido a que a mí me interesan mucho los temas ancestrales que actuamos en nuestras familias a través de las generaciones, le pregunté a Chloe acerca de su familia. ¿Alguien más había tenido “asuntos en las piernas”? Reflexionando sobre ello, se sorprendió al percatarse que todos en su familia inmediata habían padecido problemas en las piernas: Su padre había estado en una trinchera durante la Segunda Guerra Mundial y había padecido de una severa infección en la pierna; su hermano tenía problemas en la cadera y el tobillo; a su hermana se le había roto la cadera, y su abuela había padecido de gangrena en la pierna debida a la diabetes.

Me empecé a preguntar si de alguna forma habría una ancestral “historia relativa a las piernas” que se estaba representando aquí en su pierna y en su vida. Ella no tenía idea alguna, así que le formulé una pregunta que con frecuencia sirve para “iniciar” la imaginación de una persona. La imaginación necesita material con el cual trabajar, aún cuando sólo “se esté inventando”, y se obtiene de la propia experiencia, aún cuando la información surja desde debajo de nuestra conciencia. Creo que lo que llamamos imaginación es una presencia viviente de la verdad profunda dentro de nosotros.

Así que le pedí a Chloe que empezara a inventar una historia acerca de alguien, tal vez acerca de una mujer con un dolor en su pierna que se sentía frío y hacía que ésta se sintiera como “carne muerta”. Resultó que ella tenía una gran imaginación.



Inmediatamente se le presentó la imagen de una mujer caminando y caminando a través de hielo y nieve sin fin por una campiña, “huyendo de algún lado”, dijo. Presentaban lesiones por el frío y estaban exhaustas, pero debían continuar caminando. “La que yo estoy viendo”, dijo, “es una que se parece a mí. Sus piernas se enfriaron tanto que sus nervios empezaron a morir, pero tenía que seguir caminando. Estaba tan cansada, tenía harapos en sus pies, sus piernas flaqueaban, pero ella debía continuar caminando”.

Esta historia imaginaria parecía desarrollarse en tiempos de Guerra.

Ella intuía que había horribles experiencias que ella tenía que presenciar, tan horribles que estaba entumida y no podía sentir nada, ni emocionalmente ni en sus piernas. Después de la Guerra ella tenía la sensación de haber visto demasiado, de haber sido parte de demasiadas cosas. (Yo escribía todo esto mientras ella hablaba despacio, con los ojos cerrados, observando cómo se desarrollaba la historia).

En este punto, en el ahora, Chloe empezó a llorar. "Trabajo ahora como terapeuta con personas que presentan estrés postraumático. Han experimentado cosas tan horribles, tristes y trágicas. Esta historia resuena con la de ellos. He tenido que entumirme para poder escuchar sus historias. Estoy preocupada por mí misma”.

Su pierna se sentía “congelada, pulposa, fría”. Sentía intuitivamente que de alguna forma, ella merecía este dolor. Toda esta información le parecía relevante, aún cuando había surgido de una historia aparentemente inventada.

Le pedí que sostuviera el sentimiento de “merecer ese dolor”,

y que notara los pensamientos y sentimientos que surgían al preguntarse internamente acerca de todo lo que pudiera haber dado lugar al dolor en su pierna y con qué tenía relación, a través del tiempo y del espacio.

Entonces tuvo la sensación de una voz judía que hablaba dentro de sí. La voz judía decía: “Tú y tu gente (ella es de ascendencia alemana) exterminaron a seis millones de nosotros. Nos quemaron. Nos despojaron de todo. Mataron a nuestros pequeños hijos, a nuestras madres y nuestros padres. Hicieron que no valiera la pena vivir. Si tuvieras que sentir un poco de lo que nosotros sentimos, esto no es ni una centésima parte de lo que tuvimos que padecer. Si tienes este dolor físico ahora, sirve como un recordatorio, una pequeña señal, para recordarte y que nunca olvides lo que tu gente le hizo a mi gente. No te perdono. Siempre te temeré a ti y a tu gente. Siempre sentiré que podrían repetirlo. Nunca dejaré de observarte”.



Le pregunté que si podía llamar a otra voz, a un aliado espiritual, quien pudiera responder desde el mismo tipo de poderoso centro dentro de sí desde el que esta voz judía hablaba. Chloe estuvo dispuesta, y se sumergió dentro de sí nuevamente. Pronuncié algunas palabras invitando a algunos aliados a acudir. (A ella le agradó mi término “aliados espirituales” porque ella no creía en ángeles, según dijo). Hizo una pausa hasta que sintió una respuesta en su interior.

La voz que habló entonces le dijo a la voz judía: “entiendo tu dolor, tu sufrimiento, tu miedo y tu rabia. Es el dolor y el enojo que es sostenido por muchas personas y muchos espíritus. Tienes derecho a tenerlos si así lo deseas. Yo quiero que sepas que este ser humano a quien le estás hablando tiene esa ascendencia en el nivel terrestre. Pero no es de esa

ascendencia en el nivel espiritual. Yo la he enviado allí especialmente para llevar luz y amor al mundo. Por un lado, está bien que hayas venido a conocerla, porque puede escucharte y extender tu mensaje. Por otro lado, no está bien que hagas a esta persona responsable. Espiritualmente ella no es responsable de esos actos históricos.

“Así que tenemos un dilema. Ella es el tipo de persona que está dispuesta y puede ser representativa de una vieja habilidad para tomar la responsabilidad por el dolor, el sufrimiento y el horror. Pero no sabe cómo des-identificarse de eso ahora. La debilita. Que ella sostenga este dolor en su cuerpo y en su corazón no puede ofrecerte ningún tipo de bienestar. Ella necesita ser capaz de escucharte en una forma que no la debilite, porque estando debilitada por este sufrimiento que ella sostiene, no puede hacer el más amplio trabajo de curación que todos necesitamos”.

Siguiendo mi intuición, le pedí a Chloe que imaginara que podía observar a estas dos voces desde una perspectiva más elevada, consciente de ambas simultáneamente pero desde un punto de vista más amplio y profundo. Le llamé a esta otra visión el Espíritu de la Humanidad.

Inmediatamente se vio a sí misma parada junto su cuerpo que había estado sufriendo. Se movía a la derecha del mismo, y “caminaba hacia delante en su nueva historia. Estoy caminando en un sendero hecho de luz. La luz ilumina el sendero, y también a mí. La gente surge de la oscuridad. Ellos extienden sus manos, y yo los jalo para que caminen junto a mí por este sendero. El sendero se ensancha más y más. Mi tarea es tomarlos de la mano para que puedan entrar al sendero”.



“Conforme camino por este sendero de luz con ellos” continuó,

“el sendero sigue enviando luz hacia arriba por mis piernas hasta mi cuerpo y dentro de mi corazón. La luz también continúa fluyendo a través de mi cabeza dentro de mi cuerpo y mis piernas, penetrando la tierra.

“Ahora la parte de mí que está dentro del sendero de luz extiende su mano a la parte de mí que ha estado en la oscuridad. Con mi brazo alrededor de sus hombros, caminamos juntas. Me estoy calentando.

Chloe notó algo de resistencia dentro de sí hacia calentarse. Le pregunté cuál podría ser la intención positiva de dicha resistencia. ¿Qué es lo que quería lograr para ella? “Hmmm...” dijo, “Si me caliento y mi pierna se siente bien, tal vez sería demasiado feliz. No sostendría mi conciencia del sufrimiento. Sería

irresponsablemente despreocupada”.

Habló de lo maravilloso que sería, por otro lado, trabajar como terapeuta con personas que estuvieran realmente listas para cambiar, y lo sanador que resultaría a su vez para ella cuando ella y su cliente fueran capaces de moverse juntos hacia la luz de la alegría.

Habló de la forma en que, por otra parte, algunas de las personas realmente traumatizadas que ella veía tenían mucha dificultad para salirse de la historia de su pena, su dolor y su oscuridad. Sintió que estaba ahí para servirles. Pero resultaba desgastante y difícil, y le era necesario entumirse para poder ayudarles.

Aquí había un dilema.

*Parte de sí se aferraba al dolor para no ser “irresponsablemente despreocupada”

*Lo sanador que le resultaba trabajar con alegría compartida

*Se tenía que entumir para poder ayudar a personas traumatizadas

Entonces dijo algo interesante: “Puedo ver lo bueno que es ser capaz de hacer este trabajo con alegría. Es bueno para mí y para las personas que están listas para salir de su oscuridad. Así que voy a dedicar ahora un cierto porcentaje de mi práctica a dichos clientes”. Yo traduje esto dándole el significado de: “Me permitiré a mí misma un poco de alegría para poder tener la energía para trabajar con personas traumatizadas”. No sentí que hubiera un equilibrio en esto.



Invité a Chloe a que imaginara “pensar como un planeta”.

Le pedí que de hecho se imaginara ser la Tierra, con todo sucediendo sobre y dentro de sí, y toda la actividad humana.

Entonces le sugerí que imaginara a un terapeuta aquí (gesticulando hacia un lado) quien estaba haciendo un “buen trabajo” concentrada y diligentemente, ayudando a las personas que sufrían, tratando de salvar el mundo. Podía sentir mi propio cuerpo encorvándose conforme yo hablaba acerca del esfuerzo por “hacer el bien”.

“Ahora, imagina acá”, dije, gesticulando hacia el otro lado, “ a una persona que está llena de amor, ligereza, alegría y felicidad, en todo lo que hace, haciendo equipo con personas que están listas y son capaces de sentir esta ligereza interna de ser, cada

una de ellas irradiando estas cualidades hacia el cuerpo de la Tierra conforme co-crean.

“Siendo la Tierra”, dije, “y sintiendo ambas formas de ser, nota: ¿Cuál de dichas formas sientes mejor para ti? ¿Cuál te parece que contribuye en mayor medida tanto a tu bendición y curación, como a la de la Tierra?”

Por supuesto que podía ver y sentir que eran mucho más efectivos aún los pequeños actos de alegría y amor.

“¿Cómo sería hacer siempre tu trabajo, o cualquier cosa de formas que te generen alegría?” Le pregunté. “¡Añadir una radiación de alegría a la Tierra puede ser mucho más terapéutico en todos sentidos!” Ella asentía, pensativamente.

Justo antes de que Chloe se fuera, dijo: “Creo que el dolor en mi pierna estaba actuando como una traba. Una parte de mí pensaba que debía mantener la conciencia del dolor y el sufrimiento como penitencia, pagando así mis deudas como alemana. Por eso es que pensé que tenía que entumirme para sanar los traumas de otras personas. Ahora sé que soy libre para trabajar girando hacia la alegría”.

En este punto, al final de la sesión, la pierna se sentía algo mejor. Todavía le dolía.

¿Hubo curación?

Con mi amor y bendiciones –

Rue



¡NUEVOS LIBROS!

Me encanta compartir las historias sobre el profundo poder del cambio en la vida de individuos. Estos libros son mi manera de dar voz a esa fuerza de bondad que fluye a través de nuestra humanidad.

Si eres terapeuta de EFT, o de cualquier modalidad, estos libros te ayudarán a expandir tu percepción, imaginación y creatividad para mejorar tus habilidades.

Lee más sobre esto (en inglés) en:

<http://www.intuitivementoring.com/EFTbooks.html>

¡MI NUEVO LIBRO!

¡DISPONIBLE EN INGLES Y ESPAÑOL TAMBIEN!

Abriendo de Jaula de Dolor con EFT

Este es un práctico libro espiritual y con los pies en el suelo sobre cómo utilizar EFT para enmendar tu corazón roto, honrar tanto a tus ángeles oscuros y a nuestras buenas intenciones, y dejar volar libre a tu espíritu.

<http://intuitivementoring.com/publiAbriendo.html>

Este libro también está disponible en inglés:

<http://intuitivementoring.com/publiCage.html>

Para una versión española del boletín bi-semanal de Gary Craig, contacta a David MacKay a la dirección david@eftmx.com Él y mucha otra gente están trabajando de buen corazón para traer EFT al mundo hispanoparlante.

¡POR FAVOR TÓMATE LA LIBERTAD DE ENVIAR ESTE BOLETÍN A OTROS!

© 2009 Rue Anne Hass, M.A. Todos los derechos reservados. Eres libre de utilizar cualquier material de las Noticias de Rue que Puedes Usar Para un EFT Sincero y Compasivo en todo o en parte, siempre que incluyas un atributo completo, además de un enlace activo al sitio web. Por favor notifícame por correo sobre dónde aparecerá el material a Rue@IntuitiveMentoring.com. El atributo deberá leerse:

'Por Rue Anne Hass, M.A. de Intuitive Mentoring y I-Mentoring. Por favor visita el sitio web de Rue en www.intuitivementoring.com para artículos adicionales y recursos sobre EFT y Gente Sensible' (Asegúrate que el enlace es activo si se coloca en una eZine o en un sitio web)

Si quieres cambiar tu dirección de correo electrónico o cancelar tu suscripción, por favor no me envíes un correo a mí. Haz clic en el enlace al pie del boletín. Solo se tarda unos momentos para cancelar o hacer cambios. ¡Gracias!

NORMAS DE PRIVACIDAD Y SPAM: Nunca alquilo, traspaso ni vendo mi lista de direcciones de correo electrónico a nadie por ninguna razón. No recibirás nunca un correo no-solicitado de un extraño como resultado de suscribirte a esta lista.

PARA SUSCRIBIRTE DE MANERA GRATUITA A MI BOLETÍN EN ESPAÑOL:

Visita: http://www.intuitivementoring.com/signup_span.html
Rellena el formulario sencillo. Se tarda unos 20 segundos. Como regalo recibirás el primer capítulo de mi nuevo libro 'Abriendo la Jaula de Dolor Con EFT' además de mi mini-libro 'Como Pasar de Cabreado a Encantado y de Quejica a Agradecido'.

<http://www.IntuitiveMentoring.com>

"Estrategias profundamente desenfadadas para desatascar cosas atascadas"

Maestra de EFT, Autora de:

Abriendo la Jaula de Dolor Con EFT (Disponible en inglés y español)

This is Where I Stand: The Power and Gift of Being Sensitive **

The 8 Master Keys to Healing What Hurts **

Discovery Book: EFT and the 8 Master Keys **

** Solo disponibles en inglés

<http://www.IntuitiveMentoring.com/EFTbooks.html>

Traducido mensualmente para todos ustedes por Ana Paula Aguirre Hall. Le estoy profundamente agradecida por sus conocimientos y experiencia, su sensibilidad y confiabilidad. Escribir a Ana Paula: aguirrehall@yahoo.com.mx