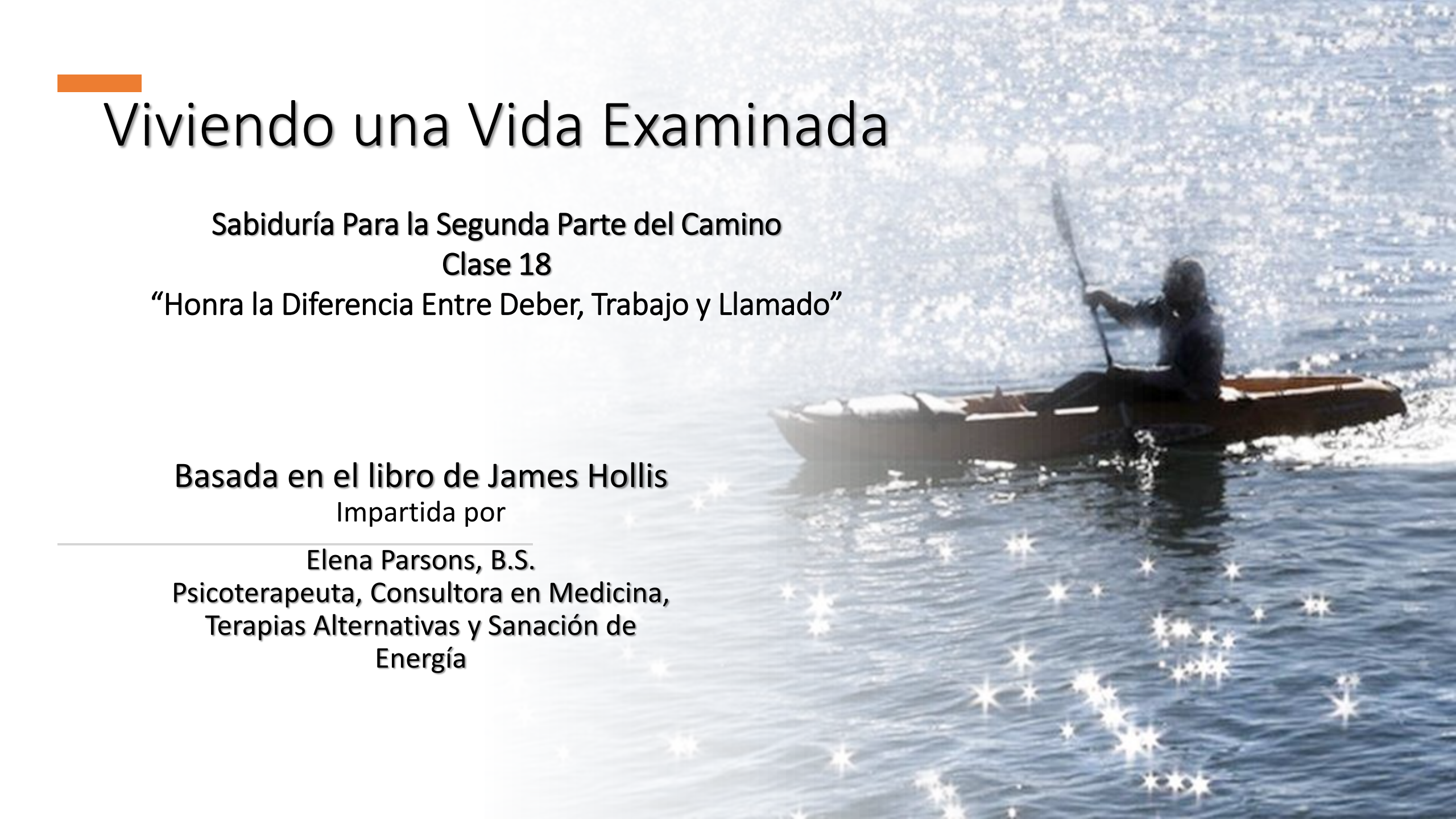




PRÁCTICAS DE BIENESTAR y PASES ENERGÉTICOS

PRESENTAN



A person is seen from behind, paddling a dark-colored kayak on a body of water. The water is blue and has many bright, star-like light reflections scattered across its surface. The kayaker is wearing a dark shirt and is using a single-bladed paddle. The overall scene is peaceful and serene.

Viviendo una Vida Examinada

Sabiduría Para la Segunda Parte del Camino

Clase 18

“Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado”

Basada en el libro de James Hollis

Impartida por

Elena Parsons, B.S.

Psicoterapeuta, Consultora en Medicina,
Terapias Alternativas y Sanación de
Energía

Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado



El objetivo de estas clases de Practicas de Bienestar, es servir de guía y ayuda en nuestro proceso de evolución y auto conocimiento, en apoyo a entender y clarificar el misterio de quienes somos y por que estamos aquí. Que existe algo mas en nosotros que nuestras mentes conceptuales, mas que nuestra historia personal, que somos un misterio, parte de una creación divina.

Específicamente, este taller se creo con la esperanza de que sea útil para cada uno de nosotros, que nos recuerde algo que sabemos pero que tal vez hemos olvidado y que nos desafíe a regresar a nuestro verdadero camino.

Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Mi nombre es Elena Parsons, soy graduada en Psicología y estoy certificada en varias técnicas de sanación emocional y “Psicología de la Energía”, Nutrición, utilizo estas técnicas de respiración y otros ejercicios útiles para desarrollar un sano amor propio y conciencia, apoyando la evolución personal resolviendo dolores y traumas emocionales y físicos.

En mi camino de aprendizaje encontré increíbles maestros, entre otros, fui estudiante directa de Carlos Castaneda. Con él encontré magnificas técnicas de recuperación de la energía, de soltar el pasado y de reconectar con mi ser.





Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Hola, mi nombre es Pilar Soro vivo en España y soy instructora de Being Energy®

Durante años fui maestra de primaria. Y soy la fundadora de PasesEnergéticos.com.

Todos los días puedes practicar conmigo online con mis clases y cursos en vídeo.

Te ayudo a sostener tu práctica diaria para que alcances un estado físico y anímico óptimos



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

PROGRAMA

- Las 21 clases del taller, intención, advertencia e inspiración.
- Meditación, práctica de silencio con posición física para la redistribución y fluidez de tu energía.
- Presentación de la clase e información para tu desarrollo intelectual.
- Ejercicios y prácticas para establecer el nuevo conocimiento.





Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Las Clases

1. Es tu decisión
2. Es hora de crecer
3. Deja ir lo viejo
4. Recupera tu autoridad personal
5. Corrige tus errores
6. Sal de la sombra de tus padres
7. Busca salir del estancamiento
8. Recuerda a tu misión
9. Elige el camino de la ampliación
10. Que regalo no has compartido?
11. Mira tus patrones autodestructivos
12. Cual es tu mejor versión?
13. Escoge significado sobre felicidad
14. Honra tu pasado
15. Exorciza los fantasmas del pasado que te atan
16. Libera a tus seres amados
17. Amate con todos tus defectos
- 18. Honra la diferencia entre trabajo, deber y llamado**
19. Crea una espiritualidad madura
20. Date permiso de ser quien realmente eres
21. Vive tu vida examinada, vive las preguntas, no las respuestas

Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

INTENCIÓN y Recordatorio : Este taller no ofrece soluciones.

El intento es el de impulsarnos a revisar actitudes, comportamientos e ideas que nos lleven hacia amplificar la percepción, hacia desarrollar nuestra manera de interpretar lo que nos sucede para que sea esta vida, un viaje más productivo, más claramente nuestra.

Las ideas que ofrece requieren reflexión, filtración a través de las capas de nuestro acumulada resistencia al cambio, por lo mismo, las clases se han hecho cortas y al punto, esperando que las disfruten y las aprovechen.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Inspiración

“Cambia la forma en que miras las cosas y las cosas que miras cambian”. “Cómo te trata la gente es su karma; cómo reaccionas es tuyo. “Los amigos son la forma en que Dios se disculpa por tu familia”. “Con todo lo que te ha pasado, puedes sentir lástima por ti mismo o tratar lo que ha pasado como un regalo. ”

Wayne Dyer



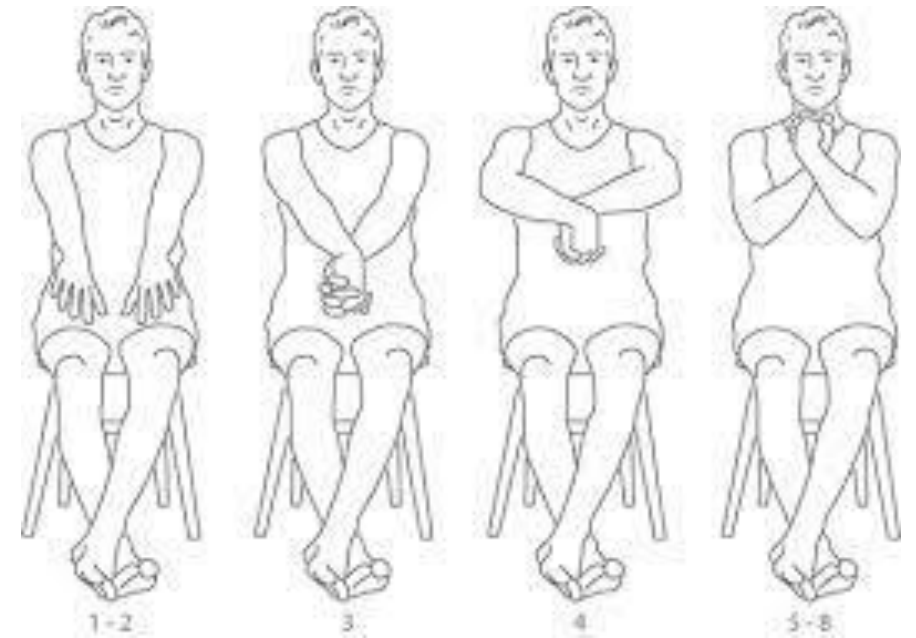
Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Posiciones Wayne Cooke

Esta posición ha sido diseñada para vincular las energías del cerebro posterior con las del cerebro frontal. Cuando estas energías no se comunican correctamente, están "revueltas".

Hacerlo enfoca la mente y permite establecer una mejor perspectiva, pensar con más claridad y aprender con mayor destreza.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

En esta clase:

PRIMERA PARTE

“Honra la diferencia entre deber, trabajo y llamado”

SEGUNDA PARTE - Un Vistazo Clase 19

“Crea Una Espiritualidad Madura”





Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

**“Honra la Diferencia Entre Deber,
Trabajo y Llamado”.**

Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

¿Tenemos el deber al deber? Sí, por supuesto. ¿A nuestros trabajos, por ejemplo, o un deber para con nuestros socios? Si de nuevo. ¿Tenemos el deber al llamado? Sí también. Pero, ¿cuál son las diferencias y cómo las diferenciamos? En pocas palabras, los trabajos son la forma en que nos ganamos el pan de cada día. Necesitamos trabajos para pagar las cuentas, apoyarnos a nosotros mismos y a los demás, y contribuir a nuestro mundo. Dado que mis padres trabajaron casi toda su vida, no solo fue un modelo, sino también una lección crítica de reciprocidad. Trabajaban no solo para ellos, para su propia casa y comida, sino también para mí, y nunca dudé que sacrificaron mucho en sus almas para que mi hermano y yo tuviéramos comida en la mesa y ropa para cubrirnos.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Nunca dudé de que cuando creciera no sólo haría lo mismo sino que también pagaría el precio que fuera por ser responsable ante los demás y ante mí mismo. Hasta el día de hoy, tengo más de un trabajo. La diferencia hoy es que cada trabajo alimenta el espíritu y alimenta el alma, y ahí radica la historia. El deber es donde reconocemos el reclamo legítimo que otros hacen sobre nosotros. El deber es cómo mantenemos nuestra sociedad en marcha. Siento una enorme admiración por aquellos que se levantan por la mañana y dolidos en el cuerpo y en el espíritu, se van a trabajar, quizás viviendo una “vida de silenciosa desesperación” y sin embargo se sostienen a sí mismos y los que están a su cuidado.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Estoy agradecido por los conductores de autobuses que pasan por mi calle, por los bomberos, con las personas que limpian nuestra basura, y mantienen todos los sistemas en funcionamiento. Pienso en ellos todos los días con gratitud cuando nos cruzamos de camino al trabajo. Y pienso en los ancianos y los enfermos, que ya no pueden trabajar, y les agradezco por reflexionar sobre sus vidas y contribuir a la suma de lo que realmente es la comunidad. Todos ellos están cumpliendo con su deber.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

La novela de John Fowles “La mujer del teniente francés”, habla de la era victoriana, la época cuando el modernismo chocó, erosionó y socavó las certezas de tiempos anteriores. En él, el personaje central es un hombre concienzudo muy creyente y religioso, prometido a una joven llamada Ernestina. El es miembro de una profesión nueva y emergente, la geología. A medida que la nueva investigación de fósiles claramente socava las certezas de su tradición, con sus interpretaciones fantasiosas y veneradas de las escrituras y le postula un mundo mucho más antiguo, y bastante más complejo, él se ve inmerso en un conflicto.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Tiene un deber para con sus valores religiosos y tiene un deber con su vocación profesional como científico. ¿Qué hacer? Este dilema se intensifica con su encuentro con una mujer de reputación sospechosa de quien se enamora. Está obligado a cumplir su deber con Ernestina y al contrato legal vinculante que entonces significaba el compromiso. Romper tal contrato lo hizo sujeto a sanción legal y peor, calumnia pública y exilio. ¿Qué hacer? Al final, Carlos, el geólogo, tiene que tomar decisiones muy dolorosas, que arruinan su carrera y reputación y pierde a ambas mujeres. Lean la historia completa y entenderán por qué. Tarde o temprano, la mayoría de nosotros enfrentamos decisiones difíciles y sufrimos mucho.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Existe al elegir entre A y B de nuestros deberes, una tercera elección y es el discernimiento el cual nos convoca a un viaje de mayor desarrollo. Así, por ejemplo, muchas personas buenas se sienten obligadas por el honor a velar por el bienestar de sus padres, y así deben hacerlo. Sin embargo, muchas veces este deber es un viejo complejo que produce una cantidad desmesurada de ansiedad interpretada como culpa, como hemos visto antes. A veces, el precio del nexo padre-hijo es costoso y la atmósfera tan tóxica, que el hijo tiene que alejarse para salvar su vida. A veces, el niño adulto tiene que alejarse para asegurar su propio viaje cuando el padre, de manera narcisista, exige y lo culpa para que se someta.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

En un caso, irse es un ejemplo de inmadurez, de fuga, y necesita quedarse para trabajar algo que queda sin resolver. En otro caso, él o ella necesita irse, porque quedarse es sucumbir al deber como mera obligación, y permaneciendo por ello abroga su propia integridad psicoespiritual. Contrariamente a la percepción pública, no es el trabajo del terapeuta “salvar el matrimonio”. Es deber del terapeuta ayudar a cada parte a identificar a través del sufrimiento honesto y del difícil discernimiento lo que la tercera opción es para ellos.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Si bien todos tenemos complejos en torno al abandono y la traición, uno de los mejores trabajos que pueden hacer los terapeutas es ayudar a las partes angustiadas a llegar a un entendimiento de que, si bien existe un deber hacia el deber, también existe un deber hacia la verdad del alma, cualquiera que sea. Cuando consideramos el alma en la mezcla con el trabajo y el deber, entonces planteamos la cuestión de la vocación. Cuando ambas partes persiguen fielmente este proceso, he encontrado que la mayoría puede estar de acuerdo en la resolución: continuar de manera evolucionada o disolver la unión con entendimiento y buena fe por ambas partes.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Ejercicio:

Que tareas obligatorias tienes en tu vida?

Existe un balance en las áreas de tu vida?

A quien te sientes obligado?

Cual es tu deber? Cual es tu trabajo? Cual es tu vocación?



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Vocación deriva del latín *vocatus*, que significa “llamar” o “ser llamado”. La conciencia del ego no hace el llamado; más bien, se llama al ego, a la persona completa. ¿Llamado por qué o quien? ¿Dios? La naturaleza? El alma? Usa la metáfora que prefieras. Llamado significa que esa conciencia del ego, frágil y quebradiza, nerviosa e impulsada, fija o fluida como está en cualquier momento, viva a todas horas en un contexto más amplio. Parte de lo que significa ser un adulto emergente es darse cuenta tanto del diminuto lugar que ocupa nuestro ego.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

El ego, después de todo, está obligado a tomar decisiones constantemente. Todos nuestros sistemas, nuestra ética, nuestra jurisprudencia y nuestras visiones morales responsabilizan a la conciencia del ego por todo lo que se derrama en el mundo, aunque provenga del inconsciente. No podemos decirle al juez: “Eso salió de mi inconsciente, y por lo tanto no soy responsable.” Ningún sistema civilizado nos permite utilizar esa estratagema. Así que seguimos siendo responsables ante el mundo, ante nuestra vida diaria, entre nosotros y ante nuestra propia alma.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

A veces, las demandas del mundo están de acuerdo, y otras veces nos hacen sufrir. La vocación es nuestro deber a nuestro llamado. En algunos casos, las personas tienen la suerte de unir trabajo y deber y vocación en una forma unificada. Soy una de esas personas afortunadas, y aunque no siempre fue el caso, lo es actualmente. Todos los días estoy agradecida por eso. Nunca olvido ese privilegio que me otorga el haber nacido en una época en que cualquiera de un nivel socioeconómico bajo puede crear una vida mucho más satisfactoria que la experimentada por sus antecesores.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

La idea de individuación que se ha mencionado en este taller, no se trata de la soberanía del ego sino de su sacrificio. Pero, ¿qué sacrifica? Lo que se sacrifica es la comodidad del ego, el camino fácil, el sendero trillado. La mayoría de nosotros no vivirá una vida dramática, pero todos los días estamos llamados a decidir qué tipo de ser humano somos. Como cualquiera, no tenemos que pensar mucho. Simplemente podemos dejar que nuestros deberes diarios nos lleven, que nuestros complejos adquiridos desplieguen sus programas y en general, encajaremos, y quizá se nos extrañará cuando muramos y contribuiremos con lo que sea que estemos obligados a producir, aunque nunca habremos estado en presencia de lo grandioso.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

La individuación no se trata de hechos audaces en el gran lienzo de la historia, al menos no para la mayoría de nosotros. La individuación puede ser simplemente tratar de mostrarnos como nosotros mismos cada día. Todo lo que la historia, los dioses, la naturaleza o el destino nos piden que hagamos, (la metáfora que prefieras), es descubrir y ser fiel a nosotros mismos. Quienes somos realmente no está destinado a encajar, ser normal, imitar la vida de otra persona. Después de todo, eso ya se ha hecho, entonces, ¿por qué repetirlo? La individuación es el llamado a crecer, a lograr la personalidad, a ser un ejemplo.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

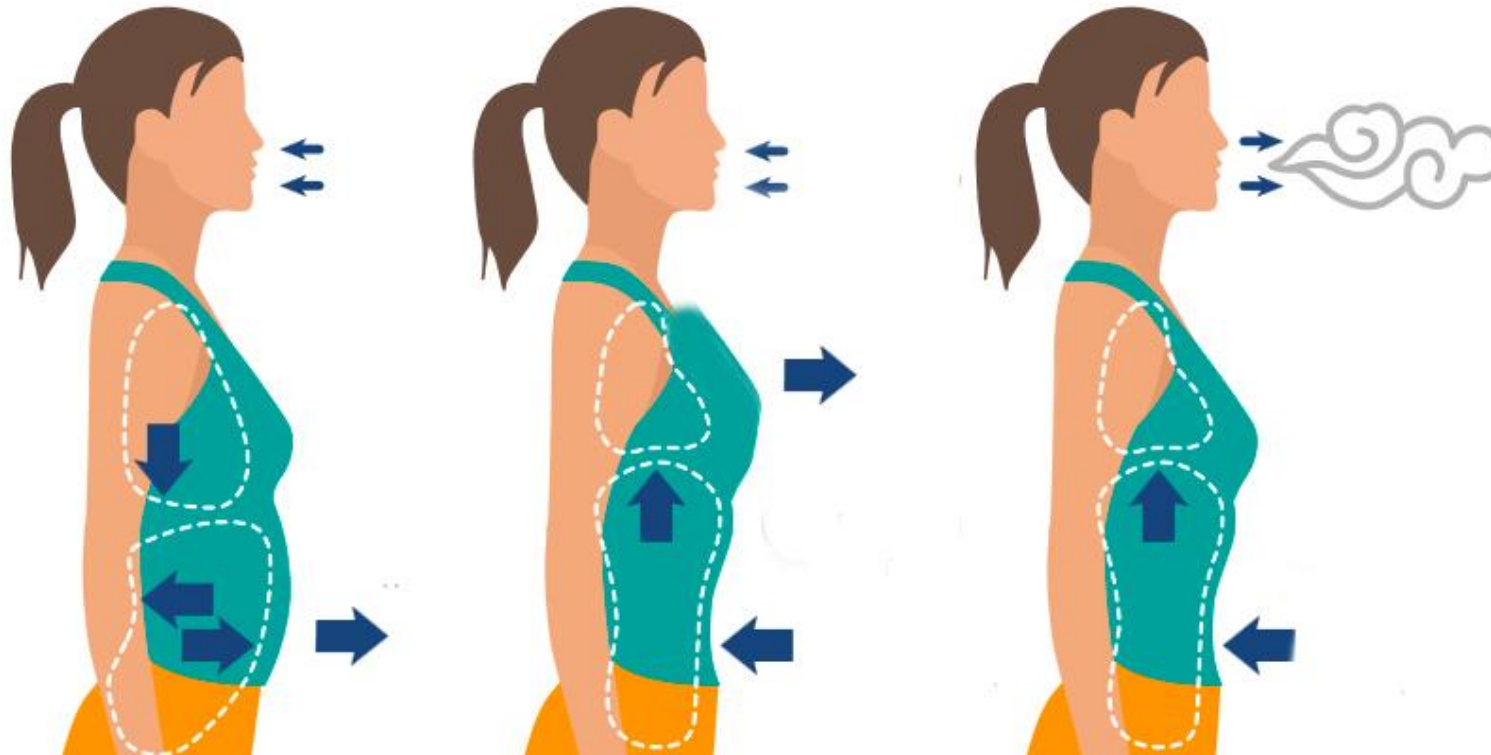
La individuación significa que contribuimos con nuestra idiosincrasia que quizá no encaja completamente a este mundo. Privamos al mosaico de la historia lo que sea que nuestro diminuto chip aporte al rompecabezas cuando huimos, evitamos o no refinamos nuestros llamados como almas. *Todos sabemos en algún sentido profundo lo que nuestra alma nos pide*, lo que es más profundamente el camino correcto para nosotros, por peligroso que parezca. Respondiendo a lo que sabemos, tratando de vivirlo en nuestras formas a menudo inadecuadas, incluso rotas, es todo lo que la vida nos pide. La vida nos pide trabajo para ganarnos el camino, deber de servir a los lazos que nos unen y vocación de aportar la increíble riqueza que cada uno aporta al largo camino que emprende esta especie, y ante el cual tenemos mucho aún por ir.



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Practica de Respiración 5 minutos





Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Pregunta y ejercicio para la siguiente clase
“Crea Una Espiritualidad Madura”

“¿Son tus creencias tuyas o adquiridas?”

Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Bibliografía

- “Encuentra Tu Persona Vitamina” *Marian Rojas*
- “El Sutil Arte de que te Importe un Carajo” *Mark Manson*
- “Deja de Ser Tu” *Joe Dispenza*
- “Sanando la Vergüenza que te Ata” *John Bradshaw*
- “Tus Zonas Erróneas” *Wayne W. Dyer*
- “Completándote” *Bud Harris*
- “Regresando a Casa” *John Bradshaw*



Viviendo una Vida Examinada

Clase 18 – Honra la Diferencia Entre Deber, Trabajo y Llamado

Bibliografía

- “Como Hacer que te Pasen Cosas Buenas” *Marian Rojas*
- “El Conocimiento Silencioso” *Carlos Castaneda*
- “Fantasmas” *James Hollis*
- “Recuerdos, Sueños y Pensamientos” *Carl Jung*
- “EL Oro Interno” *Robert A. Johnson*
- “El Camino Sagrado del Guerrero” *Chogyam Trungpa*
- “Practicando Estar Presente” *Matthew Sockolov*

