

Fuente: [Microsoft Word - 20160223-1430-AGP-JESUS Facing My Resistance To Truth Q&A \(Outline\).doc](#)

Serie de Grupos de Asistencia: Educación en el amor

Grupo: Desarrollando Mi Voluntad De Amar

Tema: Encarando Mi Resistencia a la Verdad (Preguntas y Respuestas)

Presentador: Jesús

Descripción:

Jesús responde a preguntas del público sobre el material cubierto en la presentación anterior "Enfrentando Mi Miedo a la Acción"

Introducción

Quiero que sus preguntas sobre el tema, concisas y directas

Deja de contar historias, plantea los problemas directamente

Deja de repetir como loros lo que piensas, en lugar de decirme lo que sientes

Possíveis perguntas

El miedo como creación humana

Miedo experimentado emocionalmente

Miedos reales versus miedos fabricados

Todos los miedos son fabricados

Algunos son fabricados por otros/as¹, y han entrado en nosotros/as

Todos son retenidos por nosotros/as mismos/as

Cómo evito las acciones

Por qué evito las acciones

El pecado de la inacción y del miedo

Ser humilde mientras actúo

¹ Se incorporó el género femenino en la lengua española.

Perguntas reais respondidas

Desviarse de la Adopción de Medidas Positivas

Examinando los problemas de la resistencia a la fe y la falta de acción

El miedo a actuar en ciertos entornos es a menudo un miedo a los/as demás y a sus emociones

El miedo a actuar en ciertos entornos es a menudo una falta de fe en el camino de Dios

A menudo no tememos a las emociones cuando estamos solos, sino más bien cuando estamos con otros/as.

El miedo a la respuesta de los demás hace que no actuemos cuando estamos en compañía de otros/as

Miedo a la pareja y cómo la pareja puede responder a la verdad o a nuestras emociones

Miedo a los/as niños/as y dañar a los/as niños/as a través de la experiencia de la emoción

Permitir que los sentimientos de otras personas sobre nosotros/as nos impidan actuar

Ambos miedos hacen que nos resistamos a realizar acciones que creemos que desafiarán a los/as demás

La Justificación Interna de las Acciones Negativas

Justificamos emocionalmente estar enfurecidos con los/as demás

Esta justificación nos hace creer que la rabia con los/as demás es merecida

Necesitamos descubrir la verdadera razón emocional por la que justificamos el comportamiento desamoroso

A veces es porque nos mentimos a nosotros/as mismos/as sobre la fuente de nuestro dolor

Por ejemplo, culpar del dolor a nuestra pareja cuando el dolor fue causado por el/la padre/madre del sexo opuesto

A veces es porque simplemente queremos controlar una emoción personal

Por ejemplo, enfadarse permite el control basado en el poder sobre alguien que desencadena nuestro dolor.

Tema que se discute más a fondo en las preguntas y respuestas sobre el miedo a las emociones.

Tener Coraje para Actuar Termina con Buenos Resultados Personales y Colectivos

Una vez que desarrollamos el coraje, afecta muchas áreas y aspectos de nuestra vida

También nos ayuda a construir más valor personal, lo que también afecta a otras áreas de la vida

Actuamos cuando asumimos más responsabilidad por nuestra vida y nuestras decisiones

A menudo tampoco vemos realmente los cambios que hemos hecho

Un cambio en la Ley de la Atracción siempre indica que se produjo un cambio personal

El simple hecho de tomar una decisión de cambio basada en el alma expondrá las emociones involucradas

Si seguimos alimentando las adicciones, nunca expondremos las emociones subyacentes

Debemos detener nuestras adicciones y este proceso expone las emociones subyacentes

Tomar medidas positivas para dejar de alimentar la adicción siempre tendrá resultados positivos

Tomar medidas positivas para dejar de alimentar la adicción es usar la voluntad en armonía con el amor

Por ejemplo: adicción: Complacer a las mujeres para que se sientan bien consigo mismas y obtener una respuesta sexual

Por ejemplo: acción: Ya permitirse complacer a las mujeres para obtener algo de ellas.

Por ejemplo: Resultado: Sentirse mejor consigo mismo, la pareja tiene que enfrentar la demanda

Por ejemplo, Resultado: Más amor y verdad presentes en la relación, menos dolor y sufrimiento

Que las personas se aprovechen de nosotros es un reflejo de nuestra permisividad ante comportamientos de falta de amor hacia nosotros/as mismos/as.

Al detener la adicción de permitir un mal trato de sí mismo/a, expondremos nuestras emociones heridas debajo de esa adicción

Tomar la Decisión de Sentir la Emoción en Lugar de Reprimirla

Sugerencias para manejar la depresión y la represión de la rabia

1. Cuando estemos deprimidos/as, asegurarnos de recordar que la muerte no es una opción. La ira a menudo nos lleva al punto de querer suicidarnos.

2. Sentir emociones es la opción. Sentir emoción es la acción que hay que realizar. Tenemos que dejar de elegir evitar el dolor.

3. Necesitamos desarrollar la voluntad de elegir sentir dolor emocional en lugar de actuar sobre la emoción. La depresión es una elección para reprimir la ira.

Es mucho mejor experimentar la ira que reprimir la ira y deprimirse.

Permítete a ti mismo abrir camino a través de los bloqueos para experimentar la ira.

Adicción: Complacer a las mujeres y sus demandas.

Adicción: Permitir que las mujeres te traten mal

Adicción: Querer que las mujeres dejen de tratarlo/a mal sin tomar medidas personales.

Alimentar las adicciones impide que la acción y las emociones fluyan.

Alimentar estas adicciones causa una acumulación de ira por el mal trato que se da a uno/a mismo/a.

Dios y las Leyes de Dios están exponiendo a uno/a mismo/a la falta de amor a uno/a mismo/a.

Suprimir esta ira causa la depresión y evita corregir las adicciones.

Los Miedos en los adultos se han Acumulado y nos Impiden Tomar Medidas en el Futuro

A menudo, la idea de hacer algo causa más miedo que realmente hacerlo.

Actuar suele ser menos difícil de lo que pensábamos.

Al alimentar emocionalmente el miedo a través de pensamientos que los apoyan, construimos el miedo interior.

Necesitamos encontrar la razón por la que apoyamos nuestros miedos a través de nuestros pensamientos.

Siempre habrá una razón que respalde que evitemos tomar una acción

Por ejemplo: Miedo a cometer errores = > mejor evitar la acción

Por ejemplo: Miedo a parecer estúpido = > mejor no parecer estúpido

Por ejemplo: Miedo a ser herido físicamente = > mejor no actuar

Por ejemplo: Miedo a sentirse enfermo = > mejor no actuar

Por ejemplo: Miedo a que las experiencias pasadas sigan siendo verdaderas = > mejor no actuar ahora

Por ejemplo: Miedo a sentirse cohibido => mejor actuar ahora

Estas son las excusas que usamos para justificar no tomar medidas

Un/a niño/a no usaría las mismas excusas si realmente quisiera hacer algo.

Un/a niño/a generalmente no tiene impedimentos personales para hacer las cosas.

Un/a niño/a se rige por los impedimentos impuestos por su entorno.

Un/a niño/a no necesita ser convencido por otros/as para hacer algo que le resulte agradable.

A un/a niño/a generalmente se le permite procesar las emociones de los eventos dañinos.

Esto permite que el/la niño/a no sea gobernado por el mismo miedo con un nuevo evento

Los/as adultos/as se imponen impedimentos personales para evitar emociones heridas.

Por lo general, hay que convencer a los/as adultos/as de hacer cosas debido a un miedo pasado no revelado.

Siempre hay una razón emocional para no actuar.

Necesitamos confrontar y sentir estas emociones para que podamos comenzar a tomar más medidas.

¡Mi Tiempo Aquí no Tiene Sentido si me Niego a Tomar Acción AHORA!

No es posible el crecimiento hacia Dios a menos que esté dispuesto/a a actuar.

No hay crecimiento hacia Dios a menos que esté dispuesto/a a sentir miedo y aun así actuar.

El deseo sincero y la aspiración al amor son necesarios para poder actuar.