

Coloco abajo la traducción del esquema del taller sobre “*Las emociones de autoengaño*”, dado por Alan John Miller y Mary S. Luck (2009).

[Está traducido mediante «deepL» (por Clau) y luego lo revisé, contrastando con el texto en inglés. Para más información y todos los enlaces a los vídeos “subtitulados” (si los hay), etc., ver <http://unplandivino.net>]

27 junio 2009

Taller con Jesús y María - El alma humana

**Las emociones de autoengaño**

Más información: <http://unplandivino.net> v1

Seminar With Jesus & Mary

The Human Soul

**Emotions Of Self-Deception**

(*Divine Truth (verdad divina)*):

<http://divinetruth.com>]

Transcripción en inglés: <https://divinetruth.com/docts/2009/20090627-1300-1300-jesmm-dt-prs-hsemot--Emotions%20of%20Self%20Deception--en-outline.pdf>

### ***Por qué hablar de las emociones del autoengaño***

Dios sólo se ocupa de las causas emocionales dentro de nosotros.

Las emociones de autoengaño no son emociones causales y por lo tanto Dios no puede asistirnos a procesarlas.

Dios puede ayudarnos a identificar el autoengaño respondiendo a la oración y a través de la Ley de Atracción.

Las emociones de autoengaño en realidad te alejan de Dios y de tu propia alma.

### ***Recordatorios sobre el alma***

El alma es: pasiones, deseos, anhelos, intenciones, emociones, sentimientos.

Cómo (sucede que) las emociones son la verdadera causa de todos los pensamientos, palabras y acciones.

Cómo (sucede que) las emociones que no son experimentadas completamente, se almacenan (congelan) en el alma.

Sólo las emociones completamente experimentadas se liberan del alma.

Cómo las experiencias del alma ("mente subconsciente") determinan todas las experiencias futuras.

Cómo la ley de atracción opera desde las emociones "congeladas" (no liberadas) del alma.

### **Cómo se crean y almacenan las emociones dolorosas**

#### ***Las personas del entorno del niño suprimen o niegan la experiencia de sus propias emociones causales***

Cuando negamos nuestra propia experiencia emocional completa, proyectamos la emoción hacia el exterior.

Todo en nuestro entorno se ve perjudicado por nuestra propia supresión emocional.

#### ***El niño recibe un aluvión de emociones de su entorno que experimenta de forma natural***

En un estado normal, un niño puede sentir siempre sus propias emociones y las del entorno.

Esta es la razón por la que la mayoría de los niños están bastante angustiados durante su primera infancia.

#### ***El daño emocional CAUSAL en la infancia es causado por las personas del entorno del niño que suprimen su propia experiencia emocional***

La supresión de emociones por parte de los adultos obliga a los niños de su entorno a sentir la emoción en su lugar.

La supresión por parte de los adultos también causa un daño emocional directo al niño por el trato que le dan.

Por ejemplo, un adulto que no se siente amado no podrá amar al niño, por lo que el niño se siente no amado.

Un niño que se ve obligado a sentir emociones a diario, normalmente no puede afrontarlo emocionalmente.

**El daño emocional de “TAPÓN o TAPADERA” (capping) de la infancia, es causado por personas del entorno del niño que suprimen la experiencia emocional del niño**

[nota: hay una dualidad entre el anterior “daño CAUSAL” y el daño más digamos superficial que ahora llama “capping”, que podemos traducir por “de tapadera”, etc., y para lo cual, el traductor automático, ofreció la expresión “por supresión” - para traducir “capping” -]

Cuando se impide que el niño sienta una emoción, ésta permanece en el alma del niño.

El niño también responde con rabia o ira porque no se le permite el libre albedrío.

**El daño emocional de la Ley de Compensación es causado por el niño/adulto que gradualmente hace sus propias elecciones y toma sus propias decisiones en desarmonía con el Amor como resultado de la supresión de las emociones (causales y de tapadera) de la infancia**

Cuando el niño (como niño o adulto) hace elecciones en desarmonía con el amor que le dañan a él mismo o a otros, se crea la emoción de la Ley de Compensación en su interior, que también necesitará ser sentida.

***El niño/adulto comienza ahora a proteger y resistir la experiencia del "castillo" del daño emocional***

El "castillo" es lo causal de la infancia, la “tapadera/tapón” de la infancia, y las emociones de la Ley de Compensación del niño/adulto.

El deseo de proteger y evitar las emociones dolorosas crea todas las "emociones de autoengaño".

***El niño/adulto aprende a proteger el "castillo" de las emociones dolorosas de su entorno***

Las personas del entorno del niño le enseñan a través de sus propias acciones la manera de proteger el "castillo" (parafraseando: a través de las acciones de las personas del entorno, el niño aprende a proteger el castillo).

El niño traslada estas lecciones aprendidas a la vida adulta.

***El niño/adulto crea "emociones de autoengaño" para evitar tener la experiencia del daño emocional relativo al "castillo" de infancia y el relativo la Ley de Compensación emocional***

El autoengaño le permite "librarse" y le quita la responsabilidad de la emoción causal.

Todas las emociones de autoengaño, aunque pueden ser dolorosas, te protegen de un dolor más profundo.

***El niño/adulto puede llegar a suprimir toda la emoción utilizando un "razonamiento intelectual de autoengaño"***

La racionalidad del autoengaño a menudo se basa en la Verdad pero evita o ignora totalmente toda la verdad personal y emocional.

Todo razonamiento autoengañoso tiene el motivo de ayudarte a evitar tu propio dolor emocional personal.

**Razonamiento intelectual del autoengaño**

***El razonamiento de autoengaño es cuando el niño o el adulto utiliza un razonamiento intelectual de cualquier tipo (ya sea basado en el miedo y falso, o bien basado en el "amor" y verdadero desde un punto de vista intelectual) para evitar la emoción subyacente***

Todo razonamiento (intelectual) de autoengaño proviene de las emociones del autoengaño.

El razonamiento puede ser falso, por ejemplo: “moriré si siento esa emoción”.

El razonamiento puede ser verdadero, por ejemplo: “perderé a algunos/todos mis amigos si digo la verdad”.

Si el propósito es evitar la experiencia de la emoción, seguimos siendo desamorosos con nosotros mismos y con los demás.

Esta es la diferencia entre "hablar de las cosas" y "hacer el camino/andar el camino" [refiriéndose a hablar por ejemplo del “amor”, en vez de “ejercer realmente en acto la voluntad de amar” - si se quiere decir así -].

Por ejemplo, a menudo una persona que dice estar en un estado de amor total está proyectando simultáneamente una ira extrema.

***Cómo saber si nos estamos engañando intelectualmente***

Las personas que nos rodean a menudo sienten que somos "falsos" y les resulta difícil conectar emocionalmente con nosotros.

La gente que nos rodea suele sentir que somos emocionalmente condescendientes con ellos. Nos sentimos arrastrados a discusiones intelectuales sin entender sus emociones y sin poder identificarlas.

Todas las "emociones" son tranquilas, pacíficas, distantes, tenemos un comportamiento "zen", los deseos no suelen ser apasionados.

La gente que nos rodea siente que somos bastante altivos y arrogantes.

A menudo proyectamos la emoción de la condescendencia cuando sentimos que estamos siendo "amorosos".

Siempre culpamos a los demás por nuestra Ley de Atracción, por ejemplo: "gracias por enseñarme a amar", etc.

Las proyecciones provienen de nosotros en el grado más alto; los demás se sienten incómodos con esas proyecciones.

Duele estar cerca de nosotros, porque hay un "muro impenetrable" a nuestro alrededor.

No tenemos verdadera compasión, por ejemplo: creemos que somos compasivos pero no podemos entender la verdadera emoción de otra persona.

### **Emociones de autoengaño**

**Las emociones de autoengaño ocurren cuando el niño/adulto crea experiencias emocionales ficticias y falsas con el fin de evitar experimentar las emociones infantiles subyacentes (causales o de tapadera) o la Ley de Compensación emocional**

Cualquier cosa que te impida sentir la razón de 'POR QUÉ' te sientes de cierta manera es una emoción de autoengaño.

Las siguientes emociones son siempre emociones de autoengaño a menos que sean de supresión emocional de la infancia:

Ira, resentimiento, rabia, vergüenza, culpa, necesidad, autocastigo, castigo a los demás, desesperanza, querer rendirse, culparse a sí mismo, culpar a los demás.

La clave es saber cuándo nos estamos engañando, intelectual o emocionalmente.

### **Cómo saber si nos estamos engañando emocionalmente**

**Estamos en un ciclo de dolor emocional constante**

Seguimos sintiéndonos abrumados por exactamente las mismas emociones durante largos períodos de tiempo.

Ej. Estoy llorando todo el tiempo porque nadie me quiere.

Ej. Me siento desesperado porque haga lo que haga nada sale bien.

Ej. Me siento deprimido porque no puedo conseguir un trabajo.

**Nuestra Ley de Atracción no parece cambiar**

Ej. Siento que estoy liberando mis emociones que causan mi cáncer, pero mi cáncer está creciendo.

Ej. Siento que estoy accediendo a mi tristeza, pero el médico me dice que podría necesitar un bypass.

Ej. Siento que no estoy enfadado, pero la gente sigue haciendo cosas que me frustran o fastidian.

**Proyectamos nuestras heridas emocionales en los demás**

Necesitamos que los demás nos escuchen, nos comprendan, nos tengan conmiseración, y sientan que "están con nosotros", o sientan lo mismo que nosotros.

Necesitamos constantemente contar historias sobre nuestra vida a los demás.

Nos enfadamos o resentimos con los demás, o nos sentimos heridos por ellos.

Buscamos el acuerdo de los demás, y cuando no lo recibimos, nos enfadamos o nos sentimos heridos.

**Nos sentimos una "víctima"**

Utilizar los acontecimientos de la infancia para justificar el comportamiento desamoroso de los adultos.

Evitamos el reconocimiento de la responsabilidad de las acciones de adultos diciendo que soy/fui una víctima.

### **Seguimos exteriorizando nuestras emociones**

Ej. Estoy enfadado porque el mundo es un lugar desamoroso.

Ej. Estoy enfadado porque han hecho una película ofensiva sobre mi religión.

### **Evitamos vivir en la Verdad en determinadas situaciones**

La Verdad siempre activa nuestras emociones causales o de taponamiento de la infancia.

La Verdad te libera desencadenando la liberación del error emocional interior.

Creamos emociones de autoengaño para evitar sentir la verdad emocional.

Entonces justificamos, minimizamos o desplazamos la culpa para que la mentira se sienta mejor.

A menudo también evitamos vivir en la verdad porque queremos evitar la responsabilidad o queremos evitar actuar con Amor (queremos que otros actúen primero; no queremos asumir la responsabilidad de nuestros actos; nos avergonzamos de nuestros actos).

Ej. No puedo decir la verdad porque él/ella no será capaz de afrontarla.

Ej. Si digo la verdad, las cosas empeorarán en mi propia vida.

### **La gente que nos rodea parece tener dificultades para estar con nosotros**

Si sentimos todas nuestras emociones, la gente que nos rodea no siente la proyección de esas emociones.

Esto hace que las personas que nos rodean se sientan muy cómodas con nosotros.

Si a los demás les resulta difícil estar con nosotros (no porque estemos diciendo la verdad, sino porque estamos "chupando su energía") entonces generalmente no nos estamos permitiendo nuestra propia experiencia emocional.

### **Creamos un drama emocional**

Todos los "dramas" emocionales son una distracción de los verdaderos eventos emocionales causales de la infancia.

Los dramas emocionales son engañosos porque nos hacen creer que estamos en contacto con nuestra alma (porque somos emocionales).

### **Ejemplos de autoengaño**

AJ y Mary compartirán ejemplos de Internet y de la experiencia personal.

### **Resumen del Proceso de Liberación**

Consciencia/Reconocimiento (awareness) de que la Ley de Atracción te dice la "Verdad" de tu propia condición álmica.

La falta de "flujo" del Amor Divino te dice si estás en un estado de negación emocional de la Verdad.

El proceso de despertar emocionalmente

*[aquí lo describe esquemáticamente en "tres etapas"; en la primera predomina lo intelectual, en la segunda el alma, y en la tercera ya no solo el alma sino el deseo álmico, si lo decimos o vemos así. Algo parecido vimos en las charlas sobre las adicciones emocionales, en los talleres del año 2014, de Jesús, María, Cornelio, etc.]:*

Negación intelectual y emocional (del alma).

Consciencia intelectual de que el pecado o error (desarmonía con el Amor Divino) existe y es real.

Consciencia intelectual de que la desarmonía tiene una causa dentro de nosotros mismos.

Voluntad intelectual de identificar la causa dentro de nosotros mismos.

Consciencia intelectual de la causa de la desarmonía dentro de nosotros mismos.

Deseo intelectual de liberar la causa de la desarmonía.

Negación del alma (emocional) de la desarmonía con el Amor Divino (pecado o error).

Consciencia álmica (emocional) de que la desarmonía existe y es real.

Consciencia álmica (emocional) de que la desarmonía tiene una causa dentro de nosotros mismos.

Disposición álmica (emocional) a identificar la causa dentro de nosotros mismos [*“disposición” en el sentido de estar dispuesto, “tener voluntad de”: willingness*].

Consciencia álmica (emocional) de la causa dentro de nosotros mismos.

Comprensión álmica (emocional) de la causa dentro de nosotros mismos.

Deseo álmico (emocional) de liberar (experimentar el dolor) de la causa de la desarmonía.

Disposición álmica (emocional) de liberar (experimentar el dolor) de la causa de la desarmonía.

Liberación del alma (emocional) (experimentar la emoción hasta su finalización).

Expansión álmica (emocional), donde se profundiza la comprensión de la Verdad Divina y del Amor Divino.

### ***Referencias, música y películas***

Película: “Bastard Out Of Carolina” (1996).

Película: "12 Angry Men" (1957).