COMUNICACIÓN SANADORA

LA VERDADERA COMUNICACIÓN EN LAS RELACIONES AUTÉNTICAS

Normalmente cuando estamos en conflicto con alguien, estamos identificándonos con algo personal, una historia, un pensamiento, una idea de cómo deberían de ser las cosas, cuando una situación no es como nos conviene, entramos en conflicto, y es un conflicto "personal", aquí el problema es que lo personal nos afecta mucho porque me creo una persona con una identidad…..

Que pasa? He dejado de identificarme con lo que realmente Soy ? Ya no soy la Divinidad? Si… lo sigo siendo pero me he olvidado, este conflicto me ha llevado a olvidarme de lo que Soy y empiezo de nuevo a identificarme con una persona con muchos problemas, necesidades, preocupaciones… y claro si me siento mal, lo tengo que compartir con alguien, así que llamamos a alguien y le contamos nuestro conflicto.

Compartimos nuestros conflictos, solo por un desahogo o pensamos que lo de afuera, sus consejos, nos va a solucionar o ayudar, y no es así, la escucha activa es porque a través de ella aprendemos, pero tu no necesitas hablarlo, lo que necesitas es conectar con el silencio, acallar la mente que es la que sostiene el conflicto, desidentificarte de todo lo que crees saber, soltar todos los juicios, luchas, y entablar la conexión con tu guía interior, la Divinidad que hay en ti, la Diosa que hay en ti, para que seas guiado desde el Amor, a una nueva percepción de las cosas, donde el conflicto desaparece, es corregido, si realmente se lo entregas desde el corazón.

Las relaciones que están basadas en una comunicación donde hay mucha identificación con sus personajes, sus historias, sus ideas, creencias, es una relación en la que estamos siempre defendiendo y alimentando el ego, cuando eso es lo que prima… nos olvidamos de quien Somos, y nos cuesta volver a reconectarnos, estamos dirigidos desde el ego, y cada vez habrá mas conflicto.

No solo nos tenemos que vaciar cuando estamos en una relación intima, sexual, ahí es importante vaciarse, desde luego, pero podemos vaciarnos siempre, en cualquier momento, no dejarnos llevar por la mente incesante que no para de llevarnos de una batallita a otra… esta siempre ocupada y preocupada por una cosa o por otra, y relacionarte con una persona tan llena de tantas cosas puede resultar agotador.

Vacíate, expresaté con la mirada, con el tacto consciente, o con una palabra llena de presencia que lo llene todo, esa es la verdadera comunicación, practícala, y no se perderá, al principio de la relación quizá esto sale mas a menudo, porque hay mas presencia, de forma natural te mantienes mas presente, y luego cuando ya llevais mas tiempo, esto se va perdiendo, empezamos a llenarnos de cosas y el compartir se convierte siempre en un compartir conflictos, batallitas, todo lo que nos ocupa el día… y dejamos de compartir lo que somos en Esencia, porque estás totalmente identificado con el personaje y sus historias, cuando sueltas de verdad, y te sensibilizas con el sentir, estando en total presencia es cuando te relaciones desde lo profundo, desde el Ser.

Una relación Auténtica es cuando te estas relacionando con una conexión con tu Ser, lo que prima es el goce y el disfrute, pero ese goce está presente normalmente aunque no estés con tu pareja o realizando una actividad que te gusta, sino que es un Goce que está normalmente de fondo, y es una sensación de libertad, amor, disfrute, conexión con el Todo.

Cuando el encuentro íntimo con tu pareja lo haces conectado al Ser, desde este goce interno del que hablo, entonces se produce el encuentro entre SHIVA y SHAKTY, lo que sale de ese encuentro es mucho mas que un encuentro de dos personas, con sus cuerpos de hombre y mujer… lo que se comparte es la verdadera fusión de lo real, y podemos decir que el propósito de la sexualidad es Gozar en la dualidad del puro Goce que viene de la Unidad y cuando te experimentas en la Unidad la dualidad desaparece, la trasciendes.
Además cuando te relacionas desde ahí, dejas de darle mayor importancia al sexo, porque el sexo no es ni mejor ni peor que otra cosa que puedas disfrutar estando en el

Goce interno, lo mas simple se puede convertir en un momento de puro Goce, dejamos de ver la sexualidad como algo importantísimo, fundamental y necesario, simplemente la vives como una cosa mas de tantísimas opciones que tienes por hacer aquí en este mundo dual, ilusorio, y cuando le quitas la importancia y dejas de hacerla especial, se cae el especialismo que es un engaño del ego, el encuentro sexual surge de manera espontánea y la disfrutas mucho mas, porque es un disfrute que viene desde dentro hacia fuera, no es un disfrute que venga del sexo en si. Es el encuentro de Shiva y Shakty.

Esto es el verdadero TANTRA, la verdadera plenitud de Ser.