

SHADOW WORK - EXTRATERRESTRIAL PLEIADIAN CONTACT (TAYGETA)

Published 14 June 2019 by Cosmic Agency, Gosia

<https://youtu.be/Xf6Xepg5ryc>

SCHADUWWERK - BUITENLANDS PLEIADISCH CONTACT (TAYGETA)

Gepubliceerd op 14 juni 2019 door Cosmic Agency, Gosia

<https://youtu.be/Xf6Xepg5ryc>



Gosia: Hallo Swaruu . Ik wil graag ingaan op het onderwerp Schaduwwerk. Je zei dat het een van de belangrijkste was voor de mensen op aarde. Ik zou het willen verdiepen. Is dat goed?

Swaruu : Ja, natuurlijk. Goedenavond Gosia en Robert.

Gosia: Dank je. Eerst zou het leuk zijn om te begrijpen WAT het schaduwwerk precies voor jou is? Wat versta je er onder?

Swaruu : Ik begrijp dat het het werk is dat wordt gerealiseerd wanneer iemand een systematische introspectie in zichzelf maakt. Geleidelijk analyseren met of zonder hulp van iemands interne programma. Verwijzend naar de programmering die sinds de kindertijd is ontvangen, de trauma's en de reacties die al automatisch zijn in elke persoon. Oorsprong en oorzaken.

Gosia: Oké. Wat zijn de meest geschikte methoden om dit alles te deprogrammeren?

Swaruu : Zoals je zou verwachten, hangt het van elke persoon af, dus wat bij de één werkt, werkt misschien niet bij de ander. Het maakt deel uit van het spirituele pad en is als zodanig individueel. Dat gezegd hebbende, zijn er parameters die mensen kunnen helpen om met hun eigen versie van schaduwwerk te beginnen.

Gosia: Wat zijn dat?

Swaruu : De eerste is om te begrijpen wat schaduwwerk is. Dan gaat het verder met het vormen van hun eigen doelstellingen. Het maakt deel uit van wat een baby vanaf de geboorte als sociale barrières zal aantreffen vanaf het meest fundamentele punt, namelijk te begrijpen dat er acceptabele en onacceptabele dingen zijn. De acceptabele dingen worden gunstig bevonden door onze familie, de onacceptabele dingen niet. En dit zal afhangen van elke familie en cultuur. Dit betekent dat het individu, om te overleven, aspecten van zichzelf moet onderdrukken die niet worden goedgekeurd, terwijl hij probeert de geaccepteerde aspecten te overdrijven. Dit is een overlevingsmechanisme.

Wat dit veroorzaakt is een dualiteit of tweedeling in een persoon. De schepping van het bewuste en het onbewuste. Het feit dat ze zo moeten scheiden, is waarschijnlijk de eerste daad van afwijzing van zichzelf. Een persoon heeft aspecten van bewust zijn en aspecten van dezelfde persoon die zich er niet van bewust zijn, ze kunnen het niet zien. Vandaar de naam schaduwwerk. Omdat het niet in het "licht" van de persoon is, kan hij of zij die aspecten van zichzelf die er zijn niet "zien".

Als we verdringen wat ze ons als negatief leren, bestaat dit uit sociaal negatieve dingen in het algemeen, hoewel er ook positieve aspecten verborgen zijn.

Meisjes krijgen bijvoorbeeld te horen dat ze moeten zwijgen en hun mening niet mogen uiten. Dat zorgt ervoor dat ze zichzelf onderdrukken, onzeker worden. Laten we zeggen dat een meisje dat als kind meemaakte, toen ze sprak werd ze het zwijgen opgelegd. Dan zal ze in dat opzicht uitgroeien tot een onderdrukte volwassene, schijnbaar onzeker en met weinig eigenwaarde. Maar op het moment dat ze de oorzaak van haar probleem ontdekt, het feit dat haar moeder haar in dat opzicht als kind slecht heeft behandeld, kan ze zich plotseling veilig en accuraat voelen en voor het eerst vrijuit haar mening kunnen uiten.

Een ander voorbeeld hiervan zijn mensen die constant aanvallen met ongepaste opmerkingen, maar die mild zijn naar andere mensen. Passief agressief. Ze proberen een aspect van zichzelf los te laten dat ze hebben onderdrukt. Dat doen ze in plaats van openlijk hun mening te delen. En ze doen het op deze manier vanwege de negativiteit die ze hebben met deze strategie, omdat ze niet direct met

hetzelfde gemak kunnen worden geconfronteerd als wanneer ze zich openlijk zouden uitdrukken vanuit een punt van eigen kracht.

Ze hebben zelf aspecten van zichzelf ontkend in de mate dat ze niet begrijpen waarom ze zo reageren. En ze komen om hun eigen schaduwen te lijden. Ze begrijpen ze niet. Omdat ze ze hebben verborgen omdat ze zelf delen van zichzelf hebben verloren door de overlevingsstrategie van het verbergen van hun negatieve aspecten en het overdrijven van het positieve vanuit sociaal geaccepteerd oogpunt.

Mensen raken gefragmenteerd. En daar zijn ze zelf medeplichtig aan geweest. Omdat hun eigen waarde minder belangrijk was dan de behoefte om geaccepteerd te worden door hun familie en gemeenschap. Maar die aspecten blijven er en komen aan het licht, meestal om problemen te geven. Ze moeten de problemen en de reacties van tevoren onder ogen zien, zelfs als het pijn doet, want het doet pijn. Schaduwwerk doen is licht werpen op de diepste aspecten van ons wezen. Leer onze problemen en hun diepere oorzaken te overstijgen. Daarom is het nodig om de zogenaamde spirituele verlichting te kunnen bereiken.

Gosia: Geweldig , dank je. U zei hierboven dat het eerst belangrijk is om te begrijpen wat schaduwwerk is, en dan onze doelen op te stellen. Maakt wat je hierboven zei deel uit van deze stap? Doelen maken?

Swaruu : Het is niet het hoe, het is het waarom en wat het schaduwwerk is. Om te begrijpen wat het is.

Gosia: En wat zou 'doelen vormen' precies zijn?

Swaruu : Het is om te begrijpen waar je persoonlijk naar op zoek bent met je schaduwwerk.

Robert: Daarmee verander je niet de persoonlijkheid van de persoon?

Swaruu : Ja, je verandert je persoonlijkheid. Maar jij bent het die jezelf verandert.

Gosia: Het werk met onze schaduw moet puur door onszelf worden gedaan, of kunnen we "indicaties" ontvangen van wat onze schaduwen zouden kunnen zijn van anderen? Maar wat ze zien, zouden dat soms niet hun eigen projecties zijn?

Swaruu : De anderen hebben vaak, zo niet altijd, meer bewustzijn of kunnen onze schaduwen duidelijker zien dan wijzelf. Het zijn onze schaduwen, dus wat voor een externe persoon duidelijk is, is niet voor de persoon die de schaduw in kwestie heeft. En tegelijkertijd voegen andere mensen ook hun reacties en hun eigen schaduwen toe, zoals je zei. Dus het feit dat ze ook hun eigen schaduwen kunnen toevoegen is niet altijd betrouwbaar. Het moet iemand zijn die heel 'bewust' is.

Gosia: Hoe te onderscheiden of iets deel uitmaakt van ons als onderdeel van onze essentie of dat het geprogrammeerd is? Praktisch voorbeeld van mijn leven: Mijn cultuur, katholieke religie enz. heeft me "geprogrammeerd" om in een monogame relatie te willen zijn. Maar er zijn mensen met wie ik de paden heb gekruist die me vertelden dat ik zo ben omdat ik 'geprogrammeerd' ben. Is dit mijn schaduw? Hoe weet ik of mijn verlangen om een relatie met slechts één persoon te willen hebben, op een monogame manier, is omdat IK ZO BEN, of dat het mijn "schaduw is die ik moet oplossen?"

Swaruu : Uiteindelijk is alles aan het programmeren tijdens het leven in de loop van het leven, of ervoor in een ander leven, maar alles is programmering-interpretatie. Het is slechts een soep van gradiënten waarin het duidelijker een programmering is, en andere die subtieler zijn.

Gosia: Oké, bedankt. Ik ben aan het verwerken wat je zei.

Swaruu : Graag gedaan. Denk er gewoon over na. Alles wat je interpreteert is het resultaat van een programma, zelfs de stoel die je daar hebt. Het is een stoel omdat je geprogrammeerd bent om het op deze manier waar te nemen. Je houdt van chocolade omdat het dat ook is (programmeren). Alles wat je essentie lijkt, komt ook voort uit eerdere ervaringen die niets meer zijn dan meer programmering. Het geslacht dat je hebt, je seksualiteit, alles is geprogrammeerd.

Een persoon heeft geen ziel, heeft geen ziel gekregen, de ziel is iets dat op zichzelf is gebouwd, met werk en door tijd en incarnaties. Dit is niets anders dan programmeren. Het is gewoon dat iets dat als een schaduw wordt beschouwd, iets is dat je op dit moment niet wilt hebben. Een gedrag dat ingaat tegen het idee of concept dat de persoon van zichzelf heeft, het idee dat hij of zij heeft van zichzelf als persoon.

Gosia: Je hebt gelijk, als je het zo bekijkt, is alles aan het programmeren. En het bevrijden van de geest, naar het verenigde zelf dan, zou betekenen om ALLES als programmering te zien. Zelfs wat ik waarneem , komt uit mijn 'essentie'. Nu ik het zie zoals je het presenteert - ALLES IS IDEEN en INTERPRETATIES, je hebt gelijk. Er is niets anders.

Swaruu : Ja, het is alleen de tegenstelling tussen de dingen die een persoon als acceptabel beschouwt, en volgens hun zelfconcept en de dingen die ze hebben die tegen dat zelfconcept indruisen. Als attributen of kenmerken die in strijd zijn met wat ze willen zijn.

Robert: Maar wie bepaalt wat acceptabel is en wat niet? De samenleving of het individu?

Swaruu : Beide, Robert, maar in het geval van de menselijke samenleving zal het individu altijd het resultaat zijn van hun interactie met de samenleving, en de eigenschappen die een persoon niet wil of die in strijd zijn met hun persoonlijke perceptie (ego) zijn die welke worden onderdrukt en worden schaduwen.

Maar die schaduwen zullen er altijd zijn omdat ze deel uitmaken van de waarden die het individu maken, en dat individu heeft ze en verwerpt ze omdat hij of zij zich ertegen verzet. Deze weerstand bepaalt wat het individu wil zijn. Maar het individu kan alleen weten wat hij wil zijn als hij weet wat hij NIET wil zijn (de schaduwen).

Maar of je het nu leuk vindt of niet, ze zijn er en ze zullen aan het licht komen wanneer je het het minst verwacht, want ze zijn gezichten van dezelfde medaille, het is niet te scheiden. Als je moeder bijvoorbeeld iets in je afkeurt, onderdruk je het zodat het niet naar buiten komt. Zeker als je klein bent, want je overleving hangt af van de liefde van je moeder. Wanneer een persoon wordt geboren, laten we zeggen dat ze geen triggers hebben (de voorlopers van de schaduwen), zijn ze een beetje schoon en zonder programmering, maar naarmate ze groeien, ontwikkelen de schaduwen zich onherstelbaar. Nu we het hebben over dit concept van schaduwen die er zijn, of we het nu leuk vinden of niet, ik heb een aards citaat dat ik persoonlijk erg leuk vind:

"Wat je ook onderdrukt en verbergt, zal zich later pas als het lot manifesteren." (KG-Jung)

Waar de term schaduwwerk vandaan komt. Het is iets dat Jung voor het eerst gebruikte en exposeerde.

Gosia: Dus van wat ik hier zie, zouden de schaduwen geen programmering zijn zoals mijn voorbeeld hierboven, van "geprogrammeerd zijn om monogaam te zijn" door mijn cultuur en religie, maar iets dat we niet willen, ja, en we weten niet waarom? En als de programmering harmoniseert met wat ik wil, is het toch geen schaduw meer? Als ik monogaam wil zijn, maakt het niet uit of het van externe of interne programmering komt. Het zijn allemaal programma's.

Maar het is mijn innerlijke. Dan is het toch geen schaduw? Maar hoe weet je nu of het intern is of dat het iets onderdrukt is waar ik me niet van bewust ben? Misschien wilde ik polygaam zijn, maar mijn cultuur elimineerde dit verlangen?

Swaruu : Als je weet dat je "geprogrammeerd bent om monogaam te zijn" en dat was eerder een probleem voor je, zou het niet zijn, omdat je al weet wat er gebeurt, je al het licht op de schaduw hebt geworpen, het is jouw beslissing of je volgt wat de schaduwprogramma's of wat je geest-bewustzijn ook dicteert.

Als je niet weet waarom je iets voelt dat je een probleem geeft, is er geen verklaring voor een reactie van jou, dan is het een schaduw. Beter gedefinieerd: een schaduw is iets dat niet in overeenstemming is met je persoonlijk-zelf (ego) concept. Iets waar je weerstand tegen hebt.

Gosia: Dan moet het iets zijn dat problemen geeft. Zo niet, dan is het geen schaduw, toch? Als monogaam zijn me geen probleem geeft en ik HOUD ervan, dan is het, programmeren of niet, geen schaduw. Maar als ik weerstand heb tegen polygamie, wat is daar dan mijn schaduw?

Swaruu : Het zou niet zo zijn, tenzij het een probleem voor je veroorzaakt. Het is gewoon dat je door je programmering liever monogaam bent.

Gosia: Oké, ja. Ik begrijp. Ik kies gewoon. Er zijn geen schaduwen.

Swaruu : Een klassieke schaduw is die van een meisje dat niet mocht praten en die te horen kreeg dat mooie meisjes worden gezien en niet gehoord. Later in haar leven kan ze zich niet uiten op school, universiteit of in het openbaar, en begrijpt niet waarom ze daar bang voor is of niet kan praten als ze naar haar kijken. Daar is de schaduw. Alleen als ze nu begrijpt waarom ze het heeft en dat ze het heeft, kan ze begrijpen waarom en kan ze het gedrag uitroeien dat wordt veroorzaakt door een schaduw die haar ervan weerhoudt zich te ontwikkelen zoals ze zou willen. Alleen was dat gedrag in die tijd, als kind, nuttig. Daarom is ze geprogrammeerd (om te denken) dat het beter is om te zwijgen, anders krijgt ze kritiek van de anderen. Maar als volwassene begint het een probleem te worden om geen presentaties te kunnen geven op de universiteit om haar diploma te halen. Ze begrijpt niet waarom.

Gosia: Dank je, met dit voorbeeld begrijp ik het goed. Hmm, ik geloofde dat de schaduwen allemaal soorten voorkeuren zijn, programmeren in het algemeen. En dat het belangrijk is om de geest te bevrijden van degenen die naar het verenigde veld/Originele Bron gaan.

Robert: Ik vind het moeilijk om aan de schaduw te werken.

Swaruu : Ja, het is niet gemakkelijk. Het is niet gemakkelijk om iets uit te roeien waarvan je niet weet of het er is of niet.

Gosia: Is het bevrijden van de geest van programmeringen van voorkeuren onderdeel van het schaduwwerk?

Swaruu : Dit is ingewikkeld, omdat we hier het veld betreden om te proberen te begrijpen en te classificeren wat een ongewenst programma is en wat niet. Omdat, aangezien alles een programma is, je het uiteindelijk niet allemaal kunt elimineren, anders zou je ophouden jezelf te zijn, met alles wat jou definieert als een individuele persoon.

Wat doet het verenigde veld/zelf? (originele bron)

Het fragmenteert zichzelf om de ervaring van het zijn te hebben om meer te ervaren. Zoek op die manier naar de uitbreiding. Het programmeert meer automatisch. De programmering zelf is niet slecht, het definieert alles en het scheidt je van anderen, het definieert je als persoon, het geeft je je eigen identiteit. Je bent al puur bewustzijn zoals je bent.

We moeten hier ook onderscheid maken tussen het somatisch geprogrammeerde, of van het lichaam, en wat meer als eigendom van de ziel is. Het verenigde Zelf heeft zijn eigen identiteit. En het is het resultaat van de som van alle bewustzijnen die bestaan. Je bent zelf niet alleen een identiteit, maar de som van velen.

Het enige dat een schaduw definieert als het concept van Jung is dat je weerstand hebt tegen dat geprogrammeerde gedrag, daarom heb je het verdrongen en dan ben je vergeten dat je het hebt verdrongen.

Toch stuurt het je gedrag in combinatie met andere schaduwen als oorzaak en gevolg. Wat hier het gevolg van is, is een reeks reacties en procedures die een persoon doet voor deze of gene situatie in het leven. Dit zorgt ervoor dat de schaduwen die de persoon niet wil, het leven van de persoon gaan leiden.

Daarom heeft Jung gezegd dat ze zich later in het leven zullen manifesteren als het lot. Ik stel zijn werk bloot en gebruik het omdat het een bron is van de informatie die ik hier geef en als referentie daar, doorzoekbaar door jullie op aarde. Plus mijn persoonlijke interpretatie. Vanaf het hoogste niveau wordt alles ingewikkelder, omdat een schaduw die iemand problemen geeft daar kan worden gewenst door het hogere zelf van de geïncarneerde persoon, juist om een manier van leven uit te lokken die hem of haar een reeks ervaringen geeft die nodig zijn voor hun spirituele groei. (Dit is van mij, niet van Jung).

Gosia: En hoe weten we wat de gewenste zelfprogrammering van de ziel is? Van het hoogste niveau?

Swaruu : Wanneer het geen weerstand biedt of veroorzaakt.

Gosia: En nogmaals, weerstand zou zijn...? Hoe definieer je het?

Swaruu : Alles wat je hebt dat je voelt, definieert je niet of dat je niet wilt dat je ego-identiteit gerelateerd is aan die ongewenste eigenschap. Zoals niet in het openbaar kunnen spreken zoals met het meisje in het bovenstaande voorbeeld.

Gosia: Maar polygamie definieert mij niet, ik verzet me ertegen. Hoe kan ik dan onderscheiden of het weerstand is of gewoon een eigen keuze?

Swaruu : Is het een probleem voor jou? Dat zou alleen zijn als je bij de Mormonen was die je dwingen een van de zeven echtgenotes te zijn. Als je het leuk vindt, is het geen schaduw. Als je weerstand hebt tegen iets dat het is, maar wetende dat het zo is, is het al op weg naar een oplossing. Wat een schaduw definieert, is dat je in de eerste plaats niet weet dat je hem hebt, in de tweede plaats dat je weerstand hebt tegen dat gedrag.

Robert: Maar waarom zou je zoveel veranderingen aanbrengen, Gosia, als je toch een Avatar van jezelf bent?

Gosia: Robert, omdat ik het gevoel heb dat het geen veranderingen in mijn Avatar zijn, maar veranderingen in mijn algehele wezen. Ze zullen me volgen waar ik ook ga, want ik ben ik. Je schaduwen zullen je ook volgen. Het is belangrijk om al dit werk vanuit elke avatar te doen, denk ik. Omdat je dit werk op alle niveaus van je wezen tegelijk doet.

Swaruu : De meeste schaduwen blijven als hersenprogrammering. Ik zal mezelf als voorbeeld nemen. Toen ik een meisje was, vond ik het heel leuk om het meisje te zijn als een gedeeld bewustzijn met mijn moeder, wij beiden hetzelfde wezen. Ik vond het leuk om het meisje te zijn omdat ik niet de triggers had van de moeder die verbitterd was omdat haar moeder (mijn grootmoeder) haar in het bos opsloot met een reeks leugens om vervolgd te worden en mannen te isoleren voor het bewaren van spirituele zuiverheid of ik doe het niet t weten wat tot deze datum.

Ze was boos en eenzaam. Zij was ik. Maar ik had de mogelijkheid om het meisje te zijn. Ik rende weg van het moederschap, omdat ik als meisje alleen maar hoop en fascinatie voelde voor alles om me heen. De moeder had triggers en vervelende schaduwen die ik als ziel niet wilde. Maar ze bleven in het lichaam van mijn moeder, als kind was ik hetzelfde als de moeder, maar zij waren de triggers van de moeder. In dit geval is het heel duidelijk wat ik bedoel, ik weet en ik onthoud en ik heb geleerd van de fouten en de triggers en schaduwen van mijn moeder.

In een spiritueel concept wordt een volledig verlicht persoon gedefinieerd als iemand die geen schaduwen heeft.

Gosia: De voor de hand liggende vraag op dit punt is: volgden de schaduwen van jou als moeder en je ideeën je niet op de een of andere manier? Omdat er ook gezegd is dat geprogrammeerde ideeën je na de dood volgen? Ze maken deel uit van je ziel voorbij het fysieke.

Swaruu : Ja. Maar je ziet ze in perspectief. Je leert van hen. Zoals ik hierboven al zei, zijn het de eerdere ervaringen, van dit leven en van alle andere voorgaande incarnaties, die jou maken en je definiëren als een individuele persoon. Ik ben een product van die eerdere ervaringen zoals jij van de jouwe bent.

Gosia: Heb je het gevoel dat je de schaduwen van jou als moeder hebt overwonnen?



Swaruu : Totdat ik of een andere persoon niet het verenigde zelf ben, zullen we schaduwen hebben. En ik heb persoonlijk die van mijn moeder overwonnen, ook al blijven ze mij definiëren.

Gosia: En is het mogelijk dat sommige weerstanden die we voelen afkomstig kunnen zijn van andere incarnaties?

Swaruu : Ja, zo is het.

Gosia: Het wordt dus erg moeilijk om ze te identificeren als je niet het geheugen hebt zoals hier in 3D. Dus wat zou je advies zijn met betrekking tot het identificeren van onze eigen schaduwen en weerstanden? Onze weerstanden veel observeren of iets anders?

Swaruu : Ja, observeer wat je niet van jezelf wilt of wat je een probleem bezorgt, wat het ook is.

Gosia: In hoeverre moet dit probleem een probleem zijn om als schaduw te worden gekwalificeerd? Ik wil bijvoorbeeld niet heel, heel dun zijn. Op de een of andere manier is het een soort probleem, maar zal het een schaduw zijn?

Swaruu : Er is geen graad gedefinieerd in het werk van Jung. Vanuit mijn persoonlijk perspectief is het alleen een kwestie van prioriteit wat iemand niet wil, als iets meer weerstand of ongenoegen oproept dan iets anders. En ja, op een bepaald moment in je leven heb je een schaduw gecreëerd door niet erg dun te willen zijn. In het geval van erg dun zijn, is het waarschijnlijk iets dat sociaal is geprogrammeerd als een ongewenst kenmerk.

Robert: Maar het is merkwaardig met de tweeling, omdat ze misschien ander werk moeten doen uit hetzelfde gezin en dezelfde omgeving.

Swaruu : De tweeling, die dezelfde persoon is, komt voort uit dezelfde ervaringsprogrammering van vorige levens. In het geval van de aarde zullen hun nieuwe ervaringen als afzonderlijke entiteiten hen vanaf dat moment als twee mensen definiëren.

Het is de schepping of fragmentatie van een ziel en de schepping van twee uit een eerstgeborene. In het geval van een tweeling in Taygeta zullen het twee lichamen zijn met een enkel bewustzijn, want met volledige telepathie zal wat de een leeft of ervaart deel uitmaken van de ander en vice versa, in termen van verrijkende ervaringen.

Gosia: En wat zou de toepassing zijn van het oplossen van de schaduwen? Gewoon bewust zijn van hen? Hoe ze vrij te geven?

Swaruu : Eerst moet je begrijpen dat er een schaduw is over een bepaald probleem. Kijk van daaruit met reden en logica waar het vandaan kwam, kijkend naar het verleden. Dan beslissen wat ermee te doen. Eindelijk herprogrammering van de geest door wat weerstand en schaduw veroorzaakt te associëren met iets positiefs en niet met iets negatiefs. Hiervoor heb je de constante herhaling nodig van de associatie die je wilt veranderen.

Gosia: Verander het in iets positiefs... hmmm. Maar het belangrijkste zou zijn om niets voor jezelf te doen, nietwaar? Zelfs als we blijven herhalen dat iets positief en positief is... van binnen kunnen we de programmering dat het iets negatiefs is nog meer onderdrukken. Is dit een reële mogelijkheid?

Swaruu : Als je je alleen op het negatieve concentreert, krijg je dat. Veel auteurs zeggen dat het werk van schaduwen controversieel is vanwege de wet van aantrekking, want als je naar schaduwen zoekt, krijg je alleen maar meer schaduwen. Maar ik ben het er niet mee eens, want het niet blootstellen van een schaduw die problemen geeft, bestendigt deze alleen maar.

Je kunt niet altijd in een staat van ontkenning verkeren alsof het probleem niet bestaat. Het zien en blootstellen van de schaduw aan het licht (begrijpen dat het er is en zijn aard) is niet het negatieve zien, integendeel, omdat het een actief en dynamisch verlangen uitdrukt dat gericht is op persoonlijke vooruitgang. Dat is de focus en niet de negatieve oorzaak.

De focus veranderen naar iets positiefs is niet doen alsof. Als je doet alsof, verander je niets, je handelt alleen maar. Als je weerstand hebt tegen het concept van erg dun zijn als een slechte zaak die schaamte geeft aan iedereen die dun is, daarom creëert dit een schaduw ... als het wordt blootgelegd en begrepen, kan het opnieuw worden geprogrammeerd om te beseffen dat deze persoon, dankzij dat persoonlijke eigenschap, trok zijn of haar levenslange partner aan omdat die partner van hele dunne mensen houdt. Dan zal de associatie "dun" iets positiefs zijn en geen probleem.

Gosia: Ik snap het, verander de associaties, oké. Dit alles is erg interessant voor mij, het onderwerp introspectie en zelfonderzoek heeft me altijd geïnteresseerd. Bedankt Swaruu , het is tijd om af te ronden. Wil je nog iets toevoegen?

Swaruu : Er is altijd meer, in elk onderwerp, maar niet met wat ik je vandaag heb verteld. Op dit moment is het voldoende.

Gosia: Dan eindigen we hier. Bedankt Swaruu , tot morgen .

Swaruu : En voor jou. Bedankt dat je bij ons bent.