

Praca z Cieniem – Pozaziemski Kontakt z Plejadanami (Tajgetanami)

Autor: Kosmiczna Agencja, Gosia
Opublikowano: 14 czerwca 2019 r.

Gosia: Cześć Swaruu. Chciałabym porozmawiać z tobą na temat pracy z cieniem. Powiedziałaś, że jest to jedna z ważniejszych spraw dla ludzi żyjących na Ziemi. Chciałabym zgłębić wiedzę w tym temacie. Czy byłoby to porządkiem jakbyśmy o tym rozmawiali?

Swaruu: Tak. Dobry wieczór Gosiu i Robercie.

Gosia: Dziękuję. Po pierwsze chcielibyśmy zrozumieć czym dokładnie jest dla ciebie cień? Co przez to rozumiesz?

Swaruu: Rozumiem to jako pracę, którą wykonujesz kiedy dokonujesz systematycznej introspekcji wgląd siebie. Analizujesz sukcesywnie, z pomocą lub bez, swoje wewnętrzne programy. Odnosząc się do programowania otrzymanego we wczesnym dzieciństwie, traum oraz wszelkich reakcji, które są już automatyczne w każdym człowieku. Ich źródłem i powodów.

Gosia: OK. Jakie są najbardziej adekwatne metody odprogramowania tych programów?

Swaruu: Tak jak pewnie byś się tego spodziewała, to zależy od indywidualnego przypadku. Dlatego też, to co działa dla jednej osoby może być zupełnie nieprzydatne dla kogoś innego. Jest to część duchowej ścieżki każdego z nas, zatem jest to bardzo indywidualna sprawa. Aczkolwiek są pewne parametry, które mogą pomóc nam wytyczyć własną podróż odkrycia swojej własnej pracy z cieniem.

Gosia: Czym one są?

Swaruu: Pierwszym z nich jest zrozumienie, czym jest praca z cieniem. Następnie przechodzi się do tworzenia własnych celów. Jest to część tego, co dziecko od urodzenia uważa jako bariery społeczne z najbardziej podstawowego punktu, którym jest zrozumienie, że istnieją rzeczy akceptowalne i niedopuszczalne. Dopuszczalne rzeczy zjednują naszą rodzinę, niedopuszczalne nie. A to będzie zależało od każdej jednej rodziny i kultury. Oznacza to, że aby przetrwać, jednostka musi tłumić aspekty siebie, które nie są akceptowane, jednocześnie próbując wyolbrzymiać te, które są akceptowane. Jest to mechanizm przetrwania.

Powoduje to dualizm lub dychotomię w danej osobie. Tworzenie świadomości i nieświadomości. Fakt, że muszą się tak rozdzielić, jest prawdopodobnie pierwszym aktem odrzucenia siebie. Osoba ma wgląd w bycie świadomym samego siebie jak również i aspekty samego siebie, które nie są świadome, nie można ich zobaczyć. Stąd nazwa *shadow work* – praca z cieniem. Ponieważ nie jest on w „światle” osoby, dlatego nie można „zobaczyć” tych aspektów siebie, które tam są.

Tłumimy to, czego nas uczą, że jest negatywne. Składa się to z ogólnie negatywnych społecznie aspektów, jednak są tam również ukryte aspekty pozytywne.

Na przykład dziewczętom mówi się, aby milczały i nie wyrażały swojej opinii. To powoduje, że stają się stłumione, stają się niepewne siebie. Powiedzmy, że dziewczyna doświadczyła tego jako dziecko, kiedy została uciszona gdy mówiła. Wtedy wyrośnie na stłumioną dorosłą osobę w tym aspekcie, pozornie niepewną siebie i z niską samooceną. Ale w momencie, gdy odkryje źródło swojego problemu, czyli fakt, że jej matka traktowała ją źle jako dziecko w tym aspekcie, może nagle poczuć się bezpieczna i pewna siebie, mogąc po raz pierwszy swobodnie wyrażać swoją opinię.

Innym tego przykładem są ludzie, którzy nieustannie atakują nieodpowiednimi komentarzami, ale które są łagodne dla innych ludzi. Bierna agresja. Próbuje uwolnić aspekt siebie, który stłumili. Robią to, zamiast otwarcie dzielić się swoją opinią. I robią to w ten sposób ze względu na negowalność, jaką mają z tą strategią, ponieważ nie można ich skonfrontować bezpośrednio z taką samą łatwością, jak gdyby wyrazili się otwarcie z pozycji własnej mocy.

Oni sami zaprzeczyli aspektom siebie do tego stopnia, że nie rozumieją dlaczego tak reagują. I cierpią z powodu własnych cieni. Nie rozumieją ich, ponieważ ukryli je, ponieważ sami stracili część siebie poprzez strategię przetrwania polegającą na ukrywaniu swoich negatywnych aspektów i wyolbrzymianiu pozytywnych ze społecznie akceptowanego punktu widzenia.

Ludzie doprowadzają do tego, że stają się podzieleni na kawałki. I oni sami do tego doprowadzili, ponieważ ich własna wartość była mniej ważna niż potrzeba bycia zaakceptowanym przez rodzinę i społeczność. Ale te aspekty pozostają tam i wychodzą na jaw, głównie po to, aby powodować problemy. Muszą najpierw stawić czoła problemom i reakcjom, nawet jeśli to boli, bo to naprawdę boli. Praca z cieniem to rzucanie światła na najgłębsze aspekty naszej istoty. Naucz się wykraczać poza swoje problemy i ich głębsze przyczyny. Jest to konieczne, aby móc osiągnąć tak zwane duchowe oświecenie.

Gosia: Cudownie, dziękuję. Powiedziałaś powyżej, że najpierw ważne jest, aby zrozumieć, czym jest praca z cieniem, a następnie ustalić nasze cele. Czy to, co powiedziałaś powyżej, jest częścią tego kroku? Aby tworzyć cele?

Swaruu: To nie jest kwestia jak to zrobić, a dlaczego i czym jest praca z cieniem. Aby zrozumieć, czym dokładnie to jest.

Gosia: A czym dokładnie byłoby to „formułowanie celów”?

Swaruu: Chodzi o to, aby zrozumieć, czego osobiście szukasz w swojej pracy z cieniem.

Robert: Nie zmieniasz przez to osobowości osoby?

Swaruu: Tak, zmieniasz osobowość. Ale to ty zmieniasz siebie.

Gosia: Praca z naszym cieniem powinna być wykonywana wyłącznie przez nas samych, czy też możemy otrzymać „wskazówki” od innych, czym są nasze cienie? Jednak to, co widzą, czy nie są to czasami niektóre z ich własnych projekcji?

Swaruu: Inni, wielokrotnie, jeśli nie zawsze, mają większą świadomość i widzą nasze cienie wyraźniej niż my sami. Są to nasze cienie, dlatego to, co jest oczywiste dla osoby

zewnątrznej, nie jest dla osoby, która ma dany cień. A jednocześnie inni ludzie również dodają swoje reakcje i własne cienie, jak powiedziałaś. Jest też faktem, że mogą również dodawać własne cienie, przez co nie zawsze są wiarygodni. Musi to być ktoś całkiem „świadomy”.

Gosia: Jak rozróżnić, czy coś jest częścią nas jako naszej istoty, czy jest zaprogramowane? Praktyczny przykład z mojego życia: moja kultura, religia katolicka, itp. „zaprogramowały” mnie, abym chciała być w monogamicznym związku. Ale są ludzie, z którymi skrzyżowałam ścieżki, którzy powiedzieli mi, że jestem taka, ponieważ zostałam „zaprogramowana”. Czy to jest mój cień? Skąd mam wiedzieć, czy moje pragnienie posiadania związku tylko z jedną osobą, w monogamiczny sposób, jest spowodowane tym, że TAKA JESTEM, czy też jest to mój „cień, który muszę przepracować”?

Swaruu: W końcu wszystko jest programowane albo w trakcie życia, albo przed nim w innym życiu, ale wszystko jest programowaniem – interpretacją. Jest to zupa z wielu składników, w której pewne składniki są bardziej oczywistymi programami, a inne są bardziej subtelne.

Gosia: OK, dzięki. Przetwarzam sobie to, co powiedziałaś.

Swaruu: Nie ma za co. Pomyśl tylko o tym. Wszystko, co interpretujesz, jest wynikiem programu, nawet to krzesło, które tam masz. Jest to krzesło, ponieważ jesteś zaprogramowana, aby postrzegać je w ten sposób. Lubisz czekoladę, ponieważ jest to również zaprogramowane. Wszystko, co wydaje się twoją esencją, pochodzi również z poprzednich doświadczeń, które są niczym więcej niż programowaniem. Płeć, którą masz, twoja seksualność, wszystko jest programowaniem. Człowiek nie ma duszy, nie otrzymał duszy. Dusza jest czymś, co zostaje zbudowane samo, poprzez pracę, czas i wcielenia. To nic innego jak programowanie. Po prostu coś, co jest uważane za cień, jest czymś, czego w tej chwili nie chcesz mieć. Zachowanie, które jest sprzeczne z ideą lub koncepcją, którą dana osoba ma o sobie lub idei, którą ma o sobie jako jednostce.

Gosia: Masz rację, patrząc na to w ten sposób, wszystko jest programowaniem. A uwolnienie umysłu w kierunku zjednoczonej jaźni oznaczałoby postrzeganie WSZYSTKIEGO jako programowania. Nawet to, co postrzegam jako pochodzące z mojej „esencji”. Teraz, gdy widzę to tak, jak to przedstawiasz – WSZYSTKO JEST KONCEPCJAMI i INTERPRETACJAMI, masz rację. Nie ma nic innego.

Swaruu: Tak, to tylko przeciwieństwo między rzeczami, które dana osoba postrzega jako akceptowalne i zgodnie z koncepcją samego siebie oraz rzeczami, które są sprzeczne z koncepcją siebie. Jako atrybuty albo cechy, które są sprzeczne z tym, czym oni chcą być.

Robert: Ale kto dyktuje, co jest dopuszczalne, a co nie? Społeczeństwo czy jednostka?

Swaruu: Jedno i drugie, Robercie, ale w przypadku społeczeństwa ludzkiego, jednostka zawsze będzie wynikiem swoich interakcji ze społeczeństwem, a atrybuty, których dana osoba nie chce albo te, które są sprzeczne z jej osobistą percepcją (ego), to te, które są tłumione i stają się cieniami.

Jednak te cienie zawsze tam będą, ponieważ są częścią wartości, które tworzą jednostkę, a ta jednostka je ma i odrzuca je, ponieważ stawia im opór. Ten opór jest tym, co określa,

czym jednostka chce być. Ale jednostka może wiedzieć, kim chce być, tylko wtedy, gdy wie, czym NIE chce być (cieniami).

Ale czy nam się to podoba, czy nie, one i tak wyjdą na jaw, kiedy najmniej się tego spodziewamy, ponieważ są jedną stroną tej samej monety, nie można jej rozdzielić. Na przykład, jeśli twoja matka nie pochwała czegoś w tobie, stłumisz to, aby to nie wyszło. Zwłaszcza, gdy jesteś mały, ponieważ twoje przetrwanie zależy od miłości twojej matki. Kiedy człowiek się rodzi, powiedzmy, że nie ma wyzwalaczy (przyczyn cieni), jest w pewnym sensie czysty i bez oprogramowania, ale gdy rośnie, cienie rozwijają się nieodwracalnie. Mówiąc teraz o tej koncepcji cieni, czy nam się to podoba, czy nie, mam ziemski cytat, który osobiście bardzo lubię: „Cokolwiek stłumisz i ukryjesz, objawi się później dopiero jako przeznaczenie” (K. G. Jung). Skąd pochodzi termin „Praca z cieniem”? Jest to właśnie coś, co Jung wykorzystał i przedstawił po raz pierwszy.

Gosia: Czyli z tego co tu widzę, cieniem nie byłoby żadne programowanie jak w moim przykładzie powyżej, bycia „zaprogramowanym na monogamię” przez moją kulturę i religię, ale coś, czego nie chcemy i nie wiemy dlaczego tego nie chcemy? A jeśli programowanie rezonuje z tym, czego chcę, to nie jest już cień, prawda? Jeśli chcę być monogamiczna, nie ma znaczenia, czy pochodzi to z zewnętrznego czy wewnętrznego programowania. Wszystkie opcje są programami. Ale ta jest moja wewnętrzna. To nie jest cień, prawda? Ale skąd wiesz, czy jest to wewnętrzne, czy może jest to coś stłumionego, czego nie jestem świadoma? Może chciałam być poligamiczna, ale moja kultura wyeliminowała to pragnienie?

Swaruu: Jeśli wiesz, że jesteś „zaprogramowana na monogamię” i to było dla ciebie problemem wcześniej, to już nie byłoby problemem, ponieważ już wiesz, co się dzieje, już rzuciłaś światło na cień. To twoja decyzja, jeśli podążasz za tym, co programy cienia lub cokolwiek innego dyktuje twoja świadomość umysłu. Jeśli nie wiesz, dlaczego czujesz coś, co sprawia tobie problem, nie ma wyjaśnienia dla reakcji z twojej strony, to jest to cień. Lepsza definicja: Cień to coś, co nie jest zgodne z koncepcją twojego osobistego ja (ego), coś, przed czym czujesz opór.

Gosia: To musi być coś, co sprawia problem. Jeśli nie, to nie jest to cień, tak? Jeśli bycie monogamicznym nie sprawia mi problemu i PODOBA MI SIĘ, to czy jest to programowanie czy nie, nie jest to cień. Ale jeśli mam odporność na poligamię, to jaki jest tam mój cień?

Swaruu: Nie byłby, chyba że spowoduje to dla ciebie jakiś problem. Po prostu przez swoje programowanie wolisz być monogamiczna.

Gosia: OK, tak. Rozumiem. Po prostu wybieram. To nie są cienie.

Swaruu: Klasyczny cień to cień dziewczyny, której nie pozwolono mówić i której powiedziano, że ładne dziewczyny są widziane, a nie słyszane. W późniejszym życiu nie może wyrażać się w szkole, na uniwersytecie lub w przestrzeni publicznej i nie rozumie, dlaczego się tego boi lub nie może mówić, jeśli na nią patrzą. To jest cień. Tylko wtedy, gdy teraz zrozumie, dlaczego go ma i że go ma, będzie w stanie zrozumieć, dlaczego i jak pracować nad wyeliminowaniem zachowania spowodowanego przez cień, który uniemożliwia jej rozwój tak, jakby tego chciała. Po prostu w tamtym czasie, jako dziecko, to zachowanie było przydatne. Dlatego została zaprogramowana żeby myśleć, że lepiej

jest siedzieć cicho, bo inaczej zostanie skrytykowana przez innych. Ale w dorosłym życiu zaczyna to być problemem, np. w sytuacjach kiedy nie jest ona w stanie wygłosić prezentacji na uniwersytecie, koniecznej do uzyskania dyplomu. Nie rozumie dlaczego tak się dzieje.

Gosia: Dziękuję, z tym przykładem dobrze rozumiałam... Hm, wierzyłam, że cienie są ogólnie wszelkiego rodzaju programowaniem preferencji. I że ważne jest, aby uwolnić umysł od nich, by zmierza w kierunku zjednoczonego pola / oryginalnego Źródła.

Robert: Trudno mi pracować nad cieniem.

Swaruu: Tak, to nie jest łatwe. Nie jest łatwo pracować nad wyeliminowaniem czegoś, czego nie wiesz, czy tam w ogóle jest, czy go nie ma.

Gosia: Czy uwolnienie umysłu od programowania preferencji jest częścią pracy z cieniem?

Swaruu: Jest to skomplikowane, ponieważ wkraczamy tutaj w pole próby zrozumienia i sklasyfikowania, co jest niechcianym programem, a co nie. Ponieważ, skoro wszystko jest programem, to w końcu nie możesz tego wszystkiego wyeliminować, w przeciwnym razie przestałbyś być sobą, ze wszystkim, co definiuje ciebie jako indywidualną osobę. Co robi zjednoczone pole (Źródło oryginalne)? Dzieli się, aby mieć doświadczenie bycia, aby doświadczyć więcej. W ten sposób szuka rozszerzenia. To samoprogramuje jeszcze bardziej. Samo programowanie nie jest złe, definiuje wszystko i oddziela cię od innych, definiuje ciebie jako osobę, daje ci własną tożsamość. Jesteś już czystą świadomością, taką jaką jesteś.

Musimy tu również dokonać rozróżnienia między tym, co jest zaprogramowane somatycznie, czyli w ciele fizycznym, a tym, co bardziej jako cecha duszy. Zjednoczona Jaźń ma swoją własną tożsamość. I jest to wynik sumy wszystkich istniejących świadomości. Ty sama nie jesteś tylko tożsamością, lecz sumą wielu z nich. Jediną rzeczą, która definiuje cię jako koncepcję Junga, jest to, że masz opór wobec tego zaprogramowanego zachowania, dlatego stłumiłaś je, a następnie zapomniałaś, że go stłumiłaś.

Mimo to, kieruje on twoim zachowaniem w połączeniu z innymi cieniami będącymi przyczyną i skutkiem jednocześnie. Wynika z tego seria reakcji i działań, które dana osoba wykonuje przed taką czy inną sytuacją w życiu. Powoduje to że cienie, których dana osoba nie chce mieć, w końcu kierują jej życiem. Dlatego Jung powiedział, że zamanifestują się one później w życiu jako przeznaczenie. Ujawniam jego pracę i używam jej, ponieważ jest źródłem informacji, które podaję tutaj jako odniesienie, możliwe do wyszukania przez was na Ziemi. Plus moja osobista interpretacja. Z najwyższego poziomu wszystko staje się bardziej skomplikowane, ponieważ cień, który sprawia komuś problemy, może być tam pożądanym przez wyższą Jaźń wcielonej osoby, właśnie po to, aby sprowokować sposób życia, który daje jej szereg doświadczeń niezbędnych do jej duchowego wzrostu. (To jest moje, nie Junga).

Gosia: A skąd wiemy, co jest pożądanym samoprogramowaniem duszy? Z najwyższego poziomu?

Swaruu: Ma to miejsce wtedy, kiedy ono nie daje ani nie powoduje żadnego oporu.

Gosia: I znowu, byłby opór...? Jak go zdefiniować?

Swaruu: Wszystko, co masz, co czujesz, co nie definiuje ciebie albo to czego nie chcesz, aby twoja tożsamość ego była związana z tym niepożądanym atrybutem. Jak brak możliwości mówienia publicznie, jak z dziewczyną w powyższym przykładzie.

Gosia: Ale poligamia mnie nie definiuje, opieram się jej. Jak zatem rozpoznać, czy jest to opór, czy po prostu własny wybór?

Swaruu: Czy jest to dla ciebie problemem? Byłoby tak tylko wtedy, gdybyś była z mormonami, którzy zmuszają cię do bycia jedną z siedmiu żon. Jeśli ci się to podoba, to nie jest to cień. Jeśli masz opór wobec tego i zdajesz sobie z tego sprawę, że tak jest, jesteś już na drodze do rozwiązania. Tym, co definiuje cień, jest to, że po pierwsze nie wiesz, że go masz, po drugie masz opór wobec tego zachowania.

Robert: Ale po co wprowadzać tyle zmian, Gosiu, skoro i tak jesteś awatarem samego siebie?

Gosia: Robercie, bo czuję, że to nie są zmiany w moim awatarze, to są zmiany w moim ogólnym byciu. Pójdą za mną, dokądkolwiek pójdę, ponieważ jestem sobą. Twoje cienie również będą za tobą podążać. Ważne jest, aby wykonać całą tę pracę z dowolnego awatara, jak sądzę. Ponieważ wykonuje się tę pracę na wszystkich poziomach istoty jednocześnie.

Swaruu: Większość cieni pozostaje programowaniem umysłu. Posłużę się sobą jako przykładem. Kiedy byłam dziewczynką, bardzo lubiłam być dziewczynką jako wspólna świadomość z moją mamą, obie będąc to samą istotą. Lubiałam być dziewczynką, ponieważ nie miałam wyzwalaczy emocjonalnych matki, która była zgorzkniała, ponieważ jej matka (a moja babcia) zamknęła ją w przysłowiowym lesie (naiwności) serią kłamstw o byciu prześladowaną i izolowaniu mężczyzn dla zachowania duchowej czystości lub nie wiem dokładnie czego do tej pory.

Była zła i samotna. Ona była mną. Ale miałam wybór czy być dziewczynką. Uciekłam od bycia matką, ponieważ będąc dziewczynką czułam tylko nadzieję i fascynację wszystkim, co mnie otaczało. Matka miała wyzwalacze i irytujące cienie, których nie chciałam jako dusza. Ale pozostały w ciele mojej matki. Jako dziecko byłam taka sama jak matka, ale w rzeczywistości były to wyzwalacze mojej matki. W tym przypadku jest bardzo jasne, co mam na myśli, wiem i pamiętam, i nauczyłam się na błędach wyzwalaczy i cieni mojej matki. W koncepcji duchowej, w pełni oświecona osoba jest definiowana jako ta, która nie ma cieni.

Gosia: Oczywiście pytanie w tym momencie brzmi: czy cienie twojej matki i twoje idee nie podążały za tobą w jakiś sposób? Ponieważ mówi się również, że zaprogramowane idee podążają za tobą po śmierci? Są częścią twojej duszy poza fizycznością.

Swaruu: Tak. Ale widzisz je z danego punktu widzenia. Uczysz się od nich. Jak powiedziałam powyżej, to są poprzednie doświadczenia tego życia i wszystkich innych poprzednich inkarnacji, które sprawiają, że jesteś i definiujesz siebie jako indywidualną

jednostkę. Jestem produktem tych poprzednich doświadczeń, tak jak wy jesteście swoimi.

Gosia: Czy czujesz, że pokonałaś cienie swojej matki?

Swaruu: Dopóki ja lub ktokolwiek inny nie będzie Zjednoczoną Jaźnią, będziemy mieli cienie. I osobiście pokonałam cienie mojej matki, nawet jeśli nadal mnie definiują.

Gosia: A czy to możliwe, że jakieś opory, które odczuwamy, mogą pochodzić z innych wcieleń?

Swaruu: Tak, tak właśnie jest.

Gosia: Tak więc bardzo trudno jest je zidentyfikować, jeśli nie masz pamięci jak tutaj w 3D. Jaka byłaby więc twoja rada w odniesieniu do identyfikowania naszych własnych cieni i oporów? Obserwować nasze opory częściej czy coś innego?

Swaruu: Tak, obserwuj czego nie chcesz od siebie lub co powoduje problem, czymkolwiek to jest.

Gosia: W jakim stopniu ten problem musi być problemem, aby kwalifikować się do bycia cieniem? Nie chcę być na przykład bardzo, bardzo chuda. W jakiś sposób jest to problemem, ale czy będzie to cień?

Swaruu: W pracy Junga nie zdefiniowano żadnego stopniowania. Z mojej osobistej perspektywy jest to tylko kwestia ustalenia priorytetów tego, czego dana osoba nie chce, jeśli coś powoduje większy opór lub niezadowolenie niż coś innego. I tak, w pewnym momencie swojego życia stworzyłaś cień, nie chcąc być bardzo chuda. W przypadku bycia bardzo chudą jest to prawdopodobnie coś społecznie zaprogramowanego jako niechciany atrybut.

Robert: Ale to jest ciekawe z bliźniakami, ponieważ mogą być zmuszeni do wykonywania innej pracy niż ich rodzina i środowisko.

Swaruu: Bliźnięta, będąc tą samą osobą, pochodzą z tego samego doświadczenia – programowania poprzednich wcieleń. W przypadku Ziemi, ich nowe doświadczenia jako odrębnych bytów zdefiniują ich odtąd jako dwóch odrębnych ludzi. Jest to stworzenie albo podział duszy i stworzenie dwojga z pierwotnego. W przypadku identycznych bliźniąt na Tajgocie, będą to dwa ciała z jedną świadomością, ponieważ przy pełnej telepatii to, co jedno z nich przeżywa lub doświadcza, będzie częścią drugiego i odwrotnie, pod względem wzbogacania doświadczeń.

Gosia: A jakie byłoby zastosowanie wyeliminowania cieni? Po prostu być ich świadomym? Jak je uwolnić?

Swaruu: Najpierw musisz zrozumieć, że istnieje cień dotyczący konkretnego problemu. Stamtąd spójrz z rozsądkiem i logiką skąd pochodzi, patrząc w przeszłość. Następnie podejmij decyzję co z tym zrobić. Wreszcie, przeprogramuj umysł związany z tym, co powoduje opór i cień, z czymś pozytywnym, a nie z czymś negatywnym. Do tego potrzebujesz ciągłego powtarzania skojarzenia, które chcesz zmienić.

Gosia: Zmiana na coś pozytywnego... hmm. Ale ważne byłoby, aby nie udawać niczego

przed sobą, nieprawdaż? Nawet jeśli ciągle powtarzamy sobie, że coś jest pozytywne i pozytywne... wewnątrz możemy stłumić programowanie, że jest to coś negatywnego jeszcze bardziej. Czy jest to realna możliwość?

Swaruu: Jeśli skupisz się tylko na negatywach, to właśnie to otrzymasz. Wielu autorów twierdzi, że praca cieni jest kontrowersyjna ze względu na samo prawo przyciągania, ponieważ jeśli szukasz cieni, otrzymasz tylko więcej cieni. Ale nie zgadzam się, ponieważ nie odślanianie cienia, który daje problemy, tylko go utrwała.

Nie zawsze możesz być w stanie zaprzeczenia, tak jakby problem nie istniał. Widzenie i wystawianie cienia na światło dzienne (zrozumienie, że istnieje wraz z jego naturą) nie jest widzeniem negatywu, wręcz przeciwnie, ponieważ wyraża aktywne i dynamiczne pragnienie skupione na osobistym postępie. Na tym się skupiamy, a nie na negatywnej przyczynie.

Zmiana skupienia na coś pozytywnego nie jest udawaniem. Jeśli udajesz, to niczego nie zmieniasz, ty tylko działasz. Jeśli masz opór wobec koncepcji bycia bardzo szczupłą jako złej rzeczy, która daje wstyd każdemu, kto jest szczupły, wtedy tworzy to cień... jeśli jest pokazany i rozumiany, można go przeprogramować, aby uświadomić sobie, że ta osoba, dzięki tej osobistej cesze, przyciągnęła swojego partnera na całe życie, ponieważ ten partner lubi bardzo chudych ludzi. Wtedy skojarzenie „chudy” będzie czymś pozytywnym, a nie problemem.

Gosia: Rozumiem, trzeba zmienić skojarzenia, OK. Wszystko to jest dla mnie bardzo interesujące, temat introspekcji i samokontroli zawsze mnie interesował. Dziękuję Swaruu, czas zakończyć. Chcesz dodać coś jeszcze?

Swaruu: Zawsze jest coś do dodania, w każdym temacie, ale niekoniecznie w tym, co ci dzisiaj powiedziałam. Na ten moment powiedziałam już wystarczająco dużo.

Gosia: Na tym skończymy. Dziękuję Swaruu, do jutra.

Swaruu: I ja tobie również dziękuję. Dziękujemy, że jesteście z nami.

Tłumaczenie: Ewa Papis

Korekta: Aleksander Berdowicz

Źródło:

<https://www.swaruu.org/transcripts/shadow-work-extraterrestrial-pleiadian-contact-taygeta>

<https://www.youtube.com/watch?v=Xf6Xepg5ryc>