

20190614-Taygeta#26-schaduw-werk-buitenaards-Pleiadiaans-contact-Taygeta

Schaduwwerk - Buitenaards Pleiadisch Contact (Taygeta)

Gosia: Hallo Swaruu. Ik wil graag ingaan op het onderwerp Schaduwwerk. Je zei dat het een van de belangrijkste was voor de mensen van de Aarde. Ik zou het graag willen uitdiepen. Zou dat goed zijn?

Swaruu: Ja, natuurlijk. Goedenavond Gosia en Robert.

Gosia: Dank u. Eerst zou het fijn zijn om te begrijpen WAT IS het schaduwwerk voor jullie precies? Wat verstaat u eronder?

Swaruu: Ik versta het als het werk dat gerealiseerd wordt wanneer een persoon een systematische introspectie naar zichzelf maakt. Het geleidelijk analyseren, met of zonder hulp, van iemands interne programma. Verwijzend naar de programmering die men sinds zijn kindertijd heeft meegekregen, de trauma's en de reacties die al automatisch in ieder mens aanwezig zijn. Oorsprong en oorzaken.

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

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

Gosia: Welke zijn dat?

Swaruu: De eerste is te begrijpen wat schaduwwerk is. Dan gaat het verder om hun eigen doelstellingen te vormen. Het maakt deel uit van wat een baby vanaf zijn geboorte zal ervaren als sociale barrières vanuit het meest basale punt, namelijk begrijpen dat er aanvaardbare dingen zijn en onaanvaardbare dingen. De aanvaardbare dingen worden door de familie gepropageerd, de onaanvaardbare 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 te overdrijven wat wel wordt aanvaard. Dit is een overlevingsmechanisme.

Wat dit veroorzaakt is een dualiteit of dichotomie in een persoon. De creatie 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 diezelfde 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 wel zijn, niet "zien".

Aangezien wij verdringen wat ons als negatief wordt geleerd, bestaat dit uit sociaal negatieve dingen in het algemeen, hoewel er ook positieve aspecten verborgen zijn.

Meisjes wordt bijvoorbeeld verteld dat ze hun mond moeten houden 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, als ze sprak werd haar het zwijgen opgelegd. Dan zal ze in dat opzicht uitgroeien tot een onderdrukte volwassene, ogenschijnlijk onzeker en met weinig eigenwaarde. Maar op het moment dat zij de wortel van haar probleem ontdekt, namelijk het feit dat haar moeder haar als kind in dat opzicht slecht behandelde, kan zij zich plotseling veilig en accuraat voelen en voor het eerst in staat zijn haar mening vrij te uiten.

Een ander voorbeeld hiervan zijn mensen die voortdurend aanvallen met ongepaste opmerkingen, maar die mild zijn voor andere mensen. Passief agressief. Ze proberen een aspect van zichzelf los te laten dat ze onderdrukt hebben. Ze doen dat in plaats van openlijk hun mening te delen. En ze doen het op deze manier vanwege de ontkenbaarheid die ze met deze strategie hebben, omdat ze niet direct geconfronteerd kunnen worden met hetzelfde gemak als wanneer ze zich openlijk zouden uiten vanuit een punt van hun eigen kracht.

Zij hebben zelf aspecten van zichzelf ontkend in die mate dat zij niet begrijpen waarom zij zo reageren. En zij gaan lijden onder hun eigen schaduwen. Zij begrijpen die niet. Omdat zij ze verborgen hebben omdat zij zelf delen van zichzelf zijn kwijtgeraakt door de overlevingsstrategie van het verbergen van hun negatieve aspecten en het overdrijven van het positieve vanuit het sociaal geaccepteerde gezichtspunt.

Mensen eindigen gefragmenteerd. En zij zijn daar 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 onder ogen zien, zelfs als dat pijn doet, want het doet pijn. Schaduwwerk doen is licht werpen op de diepste aspecten van ons wezen. Leren om onze problemen en hun diepere oorzaken te overstijgen. Daarom is het nodig om de zogenaamde spirituele verlichting te kunnen bereiken.

Gosia: Prachtig, dank je. Je zei hierboven dat het eerst belangrijk is om te begrijpen wat schaduwwerk is, en dan onze doelen te stellen. Maakt wat je hierboven zei deel uit van deze stap? Om doelen te stellen?

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 begrijpen wat het is waar je persoonlijk naar op zoek bent met je schaduwwerk.

Robert: Verander je daarmee niet de persoonlijkheid van de persoon?

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

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

Swaruu: De anderen hebben vele malen, zo niet altijd, meer bewustzijn of kunnen onze schaduwen duidelijker zien dan wijzelf. Het zijn onze schaduwen, dus wat duidelijk is voor een uitwendige persoon, is dat 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 zij ook hun eigen schaduwen kunnen toevoegen is niet altijd betrouwbaar. Het moet iemand zijn die heel "bewust" is.

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

Swaruu: Uiteindelijk is alles programmering, hetzij tijdens het leven in de loop, hetzij daarvoor 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: Ok, bedankt. Ik ben aan het verwerken wat je zei.

Swaruu: Graag gedaan. Denk er maar eens 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 hem zo waar te nemen. Je houdt van chocolade omdat het ook zo is (geprogrammeerd). 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 programmering.

Een mens heeft geen ziel, heeft geen ziel gekregen, de ziel is iets dat uit zichzelf wordt opgebouwd, met werk en door de tijd en incarnaties. Dit is niets anders dan programmering. Het is gewoon zo 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 zij of hij van zichzelf heeft als persoon.

Gosia: Je hebt gelijk, als je het zo bekijkt, is alles programmering. En de geest bevrijden, naar het verenigde zelf dan, zou betekenen ALLES te zien als programmering. Zelfs wat ik waarneem als komende vanuit mijn "essentie." Nu ik het zie zoals jij het voorstelt - ALLES IS IDEEËN en INTERPRETATIES, heb je gelijk. Er is niets anders.

Swaruu: Ja, het is slechts de tegenstelling tussen de dingen die een persoon als aanvaardbaar ziet, en volgens zijn concept-van-zelf, en de dingen die hij heeft die tegen dat concept-van-zelf ingaan. Als eigenschappen of kenmerken die in strijd zijn met wat zij wensen te zijn.

Robert: Maar wie dicteert wat aanvaardbaar is en wat niet? De maatschappij of het individu?

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

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 er weerstand tegen heeft. Dit verzet is wat 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 leuk vindt of niet, ze zijn er en ze zullen aan het licht komen wanneer je het het minst verwacht, omdat het gezichten van dezelfde munt zijn, het is niet te scheiden. Een voorbeeld: als je moeder iets in je afkeurt, zul je het onderdrukken zodat het niet naar buiten komt. Vooral als je klein bent, omdat je overleven afhangt van je moeders liefde. Als een mens wordt geboren, laten we zeggen dat hij geen triggers heeft (de voorlopers van de schaduwen), hij is als het ware schoon en zonder programmering, maar als hij opgroeit, ontwikkelen de schaduwen zich onverbidlijk. Nu we het toch hebben over dit concept van schaduwen die er zijn of we het leuk vinden of niet, ik heb een aards citaat dat ik persoonlijk erg mooi vind:

"Wat je onderdrukt en verbergt zal zich pas later manifesteren als noodlot." (K. G. Jung)

Waar de term van Schaduwwerk vandaan komt. Het is iets dat Jung gebruikte en voor het eerst tentoonstelde.

Gosia: Dus van wat ik hier zie, zouden de schaduwen geen programmering zijn zoals mijn voorbeeld hierboven, van het "geprogrammeerd zijn om monogaam te zijn" door mijn cultuur en religie, maar iets wat we niet willen ja, en we weten niet waarom? En als de programmering harmoniseert met wat ik wil, is het geen schaduw meer, toch? 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 interne. Dan is het geen schaduw meer, toch? Maar hoe weet je nu of het intern is of misschien is het iets verdrongen waar ik me niet bewust van ben? Misschien wilde ik polygaam zijn, maar heeft mijn cultuur dit verlangen geëlimineerd?

Swaruu: Als je weet dat je "geprogrammeerd bent om monogaam te zijn" en dat was eerder een probleem voor je, dan zou het dat niet meer zijn, omdat je al weet wat er gebeurt, je hebt het licht al op de schaduw laten schijnen, het is jouw beslissing of je volgt wat de schaduw programmeert of wat je geest-bewustzijn je voorschrijft.

Als je niet weet waarom je iets voelt dat je een probleem geeft, er is 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, ja? Als ik geen problemen heb met monogaam zijn en ik vind het leuk, dan is het, programmering of niet, geen schaduw. Maar als ik weerstand heb tegen polygamie, wat is dan mijn schaduw?

Swaruu: Dat zou het niet zijn, tenzij het een probleem voor je veroorzaakt. Het is gewoon zo dat je door je programmering de voorkeur geeft aan monogaam zijn.

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

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

Gosia: Dank je, met dit voorbeeld begrijp ik het goed. Hm, ik geloofde dat de schaduwen alle soorten voorkeuren programmering in het algemeen zijn. En dat het belangrijk is om de geest daarvan te bevrijden naar het verenigd veld/Oorspronkelijke Bron.

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

Swaruu: Ja, het is niet gemakkelijk. Het is niet gemakkelijk om te werken aan het uitroeien van iets waarvan je niet weet of het er überhaupt is of niet.

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

Swaruu: Dat is ingewikkeld, want we begeven ons hier op het terrein van proberen te begrijpen en te classificeren wat een ongewenst programma is en wat niet. Want

aangezien alles een programma is, kun je het uiteindelijk niet allemaal elimineren, of je zou ophouden jezelf te zijn, met alles wat jou definieert als een individueel persoon.

Wat doet het Eengemaakte Veld/Zelf? (Oorspronkelijke Bron)

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

We moeten hier ook een 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 bewustzijnsvormen die bestaan. Je bent zelf niet slechts een identiteit, maar de som van vele ervan.

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

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

Daarom heeft Jung gezegd dat zij zich later in het leven zullen manifesteren als het lot. Ik leg zijn werk bloot en gebruik het omdat het een Bron is van de informatie die ik hier geef en als referentie daar, door u op Aarde doorzoekbaar. Plus mijn persoonlijke interpretatie. Vanaf het hoogste niveau wordt alles ingewikkelder, want een schaduw die iemand problemen geeft kan daar gewenst zijn door het Hoger 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 oplevert of veroorzaakt.

Gosia: En nogmaals, weerstand zou zijn...? Hoe definieert u het?

Swaruu: Alles wat je hebt waarvan je het gevoel hebt dat het je niet definieert of waarvan je niet wilt dat je ego-identiteit in verband wordt gebracht met dat ongewenste attribuut. Zoals niet in staat zijn om in het openbaar te spreken zoals bij het meisje in het voorbeeld hierboven.

Gosia: Maar polygamie definieert mij niet, ik verzet me ertegen. Hoe kun je dan onderscheiden of het verzet is of gewoon een keuze van mijzelf?

Swaruu: Is het een probleem voor je? Dat zou het alleen zijn als je bij de mormonen was die je dwingen een van de zeven vrouwen te zijn. Als je het leuk vindt, is het geen schaduw. Als je ergens weerstand tegen hebt is het dat wel, 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 het hebt, in de tweede plaats heb je weerstand tegen dat gedrag.

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

Gosia: Robert, omdat ik voel dat het geen veranderingen in mijn Avatar zijn, maar veranderingen in mijn totale wezen. Ze zullen me volgen waar ik ook ga, omdat ik ik ben. Jouw 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 geestprogrammering. Ik zal mezelf als voorbeeld gebruiken. Toen ik een meisje was, vond ik het echt leuk om het meisje te zijn als gedeeld bewustzijn met mijn moeder, wij beiden hetzelfde wezen. Ik vond het fijn 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 over vervolgd worden en het isoleren van mannen voor het bewaren van spirituele zuiverheid of ik weet niet wat tot op heden.

Ze was boos en eenzaam. Zij was mij. Maar ik had de optie om het meisje te zijn. Ik liep weg van de moeder, want als meisje voelde ik alleen hoop en fascinatie voor alles om me heen. De moeder had triggers en vervelende schaduwen die ik niet wilde als ziel. Maar ze bleven in het lichaam van mijn moeder, als kind was ik hetzelfde als de moeder, maar het waren de triggers van de moeder. In dit geval is het heel duidelijk wat ik bedoel, ik weet en ik herinner 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: Zijn de schaduwen van jou als moeder en je ideeën je niet op een of andere manier gevolgd? Want er is ook gezegd dat geprogrammeerde ideeën je volgen na de dood? Ze zijn een deel van je ziel voorbij het fysieke.

Swaruu: Ja. Maar je ziet ze in perspectief. Je leert van ze. Zoals ik hierboven al zei, zijn het de vorige ervaringen, van dit leven en van alle andere vorige incarnaties, die je maken en je definiëren als een individueel persoon. Ik ben een product van die eerdere ervaringen, zoals u dat bent van de uwe.

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

Swaruu: Totdat ik of enig ander mens niet het Eengemaakte Zelf ben, zullen we schaduwen hebben. En die van mijn moeder heb ik persoonlijk overwonnen, ook al blijven ze me definiëren.

Gosia: En is het mogelijk dat sommige weerstanden die we voelen uit andere incarnaties komen?

Swaruu: Ja, zo is het.

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

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

Gosia: In welke mate moet dit probleem een probleem zijn om als schaduw gekwalificeerd te worden? Ik wil bijvoorbeeld niet heel erg dun zijn. In zekere zin is het een soort probleem, maar is het een schaduw?

Swaruu: Er is geen graad gedefinieerd in het werk van Jung. Vanuit mijn persoonlijk perspectief is het alleen een kwestie van prioriteit van wat een persoon niet wil, als iets meer weerstand of ongenoegen veroorzaakt 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 slank zijn is het waarschijnlijk iets dat sociaal geprogrammeerd is als een ongewenste eigenschap.

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

Swaruu: De tweeling, die dezelfde persoon is, komt voort uit dezelfde ervaring-programmering 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 versplintering van een ziel en de schepping van twee uit een eerstgeborene. In het geval van een eeneiige tweeling in Taygeta, zullen zij twee lichamen zijn met een enkel bewustzijn, omdat met volledige telepathie wat de een leeft of ervaart deel zal 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? Je er gewoon bewust van zijn? Hoe kun je ze loslaten?

Swaruu: Eerst moet je begrijpen dat er een schaduw is over een bepaald probleem. Van daaruit, kijk je met rede en logica waar het vandaan komt, kijkend

naar het verleden. Dan beslis je wat je eraan moet doen. Tenslotte de geest herprogrammeren om wat weerstand en schaduw veroorzaakt te associëren met iets positiefs en niet met iets negatiefs. Hiervoor heb je de voortdurende 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 veinzen, nee? 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 maar op het negatieve richt, is dat wat je zult krijgen. 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 daar niet mee eens, omdat het niet blootleggen van een schaduw die problemen geeft, deze alleen maar in stand houdt.

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

Het veranderen van de focus naar iets positiefs is niet doen alsof. Als je doet alsof dan verander je niets, je handelt alleen maar. Als je weerstand hebt tegen het concept van heel dun zijn als een slecht iets dat schaamte geeft aan wie dun is, daarom creëert dit een schaduw... als het wordt blootgelegd en begrepen kan het worden geherprogrammeerd om te beseffen dat deze persoon, dankzij die persoonlijke eigenschap, zijn of haar levenslange partner heeft aangetrokken omdat die partner van heel dunne mensen houdt. Dan zal de associatie "dun" iets positiefs zijn en geen probleem.

Gosia: Ik begrijp het, de associaties veranderen, ok. Dit is allemaal heel interessant voor mij, het onderwerp van introspectie en zelfonderzoek heeft me altijd geïnteresseerd. Dank je Swaruu, het is tijd om af te ronden. Wil je er nog iets aan toevoegen?

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

Gosia: Dan zullen we hier eindigen. Dank u, Swaruu, tot morgen.

Swaruu: En voor u. Dank u dat u bij ons bent.