

Sólo veo el pasado

miércoles, 30 de julio de 2014 08:02 p. m.

Esta idea resulta muy difícil de creer al principio. Sin embargo, es la razón fundamental de todas las anteriores.

- Es la razón por la que nada de lo que ves significa nada.
- Es la razón por la que le has dado a todo lo que ves todo el significado que tiene para ti.
- Es la razón por la que no entiendes nada de lo que ves.
- Es la razón por la que tus pensamientos no significan nada y por lo que son como las cosas que ves.
- Es la razón por la que nunca estás disgustado por la razón que crees.
- Es la razón por la que estás disgustado porque ves algo que no está ahí.

Cambiar las viejas ideas que se tienen acerca del tiempo es muy difícil porque todo lo que crees está arraigado en el tiempo, y depende de que no aprendas estas nuevas ideas acerca de él.

- Sin embargo, ésta es precisamente la razón por la que necesitas nuevas ideas acerca del tiempo.
- Esta primera idea acerca del tiempo no es realmente tan extraña como pueda parecer en un principio.

Ejercicio:

Mira a tu alrededor.

Esto se aplica igualmente a cualquier cosa que veas.

Reconoce esto al aplicar la idea de hoy indistintamente a cualquier cosa que te llame la atención.

Por ejemplo:

Sólo veo el pasado en este lápiz.

Sólo veo el pasado en este zapato.

Sólo veo el pasado en esta mano.

Sólo veo el pasado en ese cuerpo.

Sólo veo el pasado en esa cara.

No te detengas en ninguna cosa en particular, pero recuerda no omitir nada específicamente. Toma nota si es el caso, siempre es importante.

- Mira brevemente cada objeto, y luego pasa al siguiente.
- Dos o tres sesiones de práctica por día, cada una de un minuto más o menos de duración, como en los ejercicios anteriores.