

GUIÓN DE PSICOTERAPIA DEL ESPÍRITU

La salvación no es algo teórico. Examina el problema, pide la respuesta, y cuando te llegue, acéptala. No tardará mucho en llegar. Se te proveerá de toda la ayuda que estés dispuesto a aceptar y toda necesidad que tengas será satisfecha. Por lo tanto, no nos preocupemos demasiado por objetivos para los que todavía no estás listo. Dios te acepta en el nivel que estás y te da la bienvenida. ¿Qué más puedes desear cuando esto es todo lo que necesitas? (M-26.9:5-11)

1.- ¿QUÉ PROBLEMA TIENES?

Debe ser una respuesta corta y concisa. A veces debemos ayudar a la concisión, pues muchos vienen con el propósito de contar su vida y desgracias. No conviene que se extienda contando la historia de su vida, es la historia del ego, se debe ser muy concreto;

La exposición se debe centrar entonces en el dolor o dolores que se tiene en el momento actual, hay que controlar este detalle. No debe relatarse el pasado sino el presente y el terapeuta debe resumir la cuestión en una frase corta que resuma el contenido de lo que le está tratando de decir. Por ejemplo: mi hijo se droga, me engaña mi mujer, me sacan del trabajo...

Evitar análisis y diagnósticos del paciente, nunca son acertados y pueden despistar al terapeuta y hacerle perder el tiempo. Procurar sin molestar ser muy claro en esto. *Nunca estoy disgustado por la razón que creo*, nunca olvidar eso.

En caso de que el paciente ande disperso, el terapeuta debe resumir en dos o tres palabras el problema del paciente y que este lo reconozca como lo que quiere sanar: Decepciono a los que me esperan, llego tarde a los lugares que debo visitar...

2.- PEDIR PERMISO ¿Me das permiso para hacer esto? (el paciente tiene que responder afirmativamente) y a continuación incluimos la parte más importante de la psicoterapia: la oración de unión de mentes y entrega al Espíritu:

Uno mi mente a la tuya, las entrego al Espíritu y le pido que entre en ellas y ponga orden en nuestros pensamientos, nos dé su confianza y honestidad, se haga cargo de esto, nos haga sentir completamente seguros, nos conduzca hasta el lugar de la causa y nos traiga la paz.

3.- BÚSQUEDA DE LA CAUSA (Pensamiento básico central)

Para tener un breve diseño de su vida comenzamos preguntando por el estado civil de la persona; casada, separada, soltera, en pareja, tipo de trabajo... Los hijos que en tal caso tenga.

3. 1.- Buscar las coincidencias del inicio del problema con acontecimientos sociales del momento de su aparición. Se buscan coincidencias o correlación entre ellos. Investigar entre los familiares, si no se halla anda, en el trabajo con sus jefes o compañeros de trabajo. Esos son los dos ámbitos principales de nuestra vida. Comenzar por ahí. Si se encuentra algo, intentar descubrir en su actual vida, correspondencia con las de la aparición del primer brote.

A veces se obtiene sólo con estas pesquisas pistas importantes o tal vez definitivas que podemos corroborar con el siguiente paso.

Anexo: enfermedades.-

Para temas de enfermedades hemos debido consultar previamente el diccionario los posibles conflictos mentales que pueden ser la causa de los problemas físicos. Cuando hagamos la búsqueda de los acontecimientos detonantes debemos tener presente las posibles variantes que el diccionario nos propone para relacionarlas con los síntomas. Normalmente da varias causas que debemos tener en cuenta para testarlas si fuera el caso.

Comenzaremos buscando la causa en el momento del comienzo de la manifestación de la enfermedad. A veces ha habido otra anterior resuelta mediante la medicina tradicional, pero como el perdón de la causa sigue sin realizarse, continúa manifestándose de otra forma. Tener esto en cuenta.

También puede darse el caso de presentar varias enfermedades a la vez, consultando los conflictos que el diccionario nos indique podemos prever que sea la misma causa para todas.

3. 2.- Investigación en la familia

Recreamos la infancia.

- **Imagínate con 4 o 5 añitos y somos amigos del colegio, que después de clase vamos a tu casa a merendar y mientras lo hacemos, me despisto mirando la casa y te pregunto:**

- **¿Estás bien en esta casa, es un buen lugar para vivir? ¿Estás feliz aquí?**

Si la respuesta es afirmativa proseguimos si es negativa preguntamos:

-**¿Que te molesta de la casa?**

Atentos a esta respuesta, puede ser:

-Hay muchos gritos. Estoy solo. Mucha responsabilidad. No están mis padres... Este tipo de respuesta contiene mucha información.

Proseguimos:

-**¿Cómo te llevas con tu hermano mayor? Y así con todos.**

Esas preguntas si hay conflictos dan también mucha información

Proseguimos;

Imagínate que vamos caminando por la casa hasta el lugar que normalmente ocupa tu padre y sin que él nos vea a modo de advertencia me dices:

- **Este es papá y papá es**

Las respuestas pueden ser muy variopintas: “está ausente”, “toma alcohol”, “es cariñoso”, “se enfada”..... pero... solo hay dos: ME QUIERE o NO ME QUIERE, adviértase de ese extremo y los matices.

Mismo movimiento con la madre.

Visitamos el lugar preferido por mamá y nos dice:

- **Esta es mamá y mamá es**

Misma observación con sus preguntas para decidir si quería a nuestro paciente o no y las características de la relación.

Podemos preguntar por la relación entre ellos.

´-**¿Qué tal se llevaban entre ellos?**

De estas respuestas podemos averiguar la relación que ha establecido con los universos masculinos y femeninos, así como su relación con ellos. Puede que ratifiquemos la sospecha del primer paso o tal vez no obtengamos resultados comprensibles. Lo que se obtenga se queda a en la reserva, nunca sobra ninguna información. No es conveniente tomar notas, es una tarea que hace por nosotros el Espíritu. Proseguimos con el siguiente paso.

3. 3.-

A partir de un problema como por ejemplo: “en casa mis deseos no se toman en cuenta, tengo que hacer lo que los demás quieren”, está bien recordar el dolor que le hizo pedir ayuda actualmente, traerlo al presente. Desde este lugar de desamparo sentirá con más fuerza las palabras con las que iniciamos el tercer movimiento y que nosotros decimos de la forma que nos inspire el momento basadas en el texto, para que la repita el paciente:

-En algún momento de mi vida he debido tomar una decisión equivocada porque no estoy en paz me siento (siento que no se me tiene en cuenta) -lo que corresponda- (bis)

-De la misma manera que tomé aquella decisión que no recuerdo, ahora puedo tomar otra y este es el momento que decido para hacerlo. (bis) ----

-Padre, ayúdame a recordar el momento en que juzgué sin amor a un Hijo Tuyo (o juzgué a un Hijo de Dios, como Tú Padre, no lo hubieras juzgado) y decreté el problema que tengo.

- O tal vez obré sin amor con un hermano como Tú no hubieras obrado. (bis)

O dejé de prestar ayuda que Tú sí hubieras prestado y me causó la culpa de la que soy preso. (bis)

-Tal vez fue en mi infancia cuando vivía con mis padres y hermanos, que yo decidí... (que pasaba desapercibida) (bis)

Tal vez me asusté y creí que ... (p.e. no cumplía las expectativas de mi padre, de mi madre, de ambos o de alguno otro miembro de mi entorno familiar) Buscar situaciones afines o propensas a tomar esa desvalorización como real. (bis)

Tal vez fue en mi adolescencia, o quizás en mi edad adulta, (P.E pues hice sentir mal y critiqué el trabajo de alguien y ahora no aprecian ni reconocen el mío) Buscar situaciones afines o propensas a tomar esa desvalorización como real. ***no lo puedo recordar.*** (bis)

Dejo pasar unos segundos y pregunto:

-¿Qué recuerdo ha llegado a tu mente? Siempre ha de ser una escena, no una deducción del paciente ni una impresión personal. A veces tratan de ayudar interpretando lo que les ha venido en función de su criterio. No sirve, ha de contar exactamente lo que recordó sin análisis ni interpretación por su parte. Buscamos la historia, los detalles que la rodearon, hasta el escenario si es posible. Es labor del terapeuta encontrar con el Espíritu la correlación entre lo que nos cuenta y el problema que le trajo a nosotros. Por eso cuantos más datos tengamos de la escena mejor.

P.E.: me ha venido el recuerdo de mis padres no quisieron venir a mi colegio el día de la familia, para ver la exposición del trabajo que había hecho junto con el resto de mis compañeros. Fui la única que no estuvo acompañada ni felicitada por sus padres.

Ya descubrimos la causa: Si mis padres no me valoran ni soy importante para ellos, no soy suficiente y decepcionaré siempre. Se la hacemos repetir en esa forma o cuantas la inspiración nos muestre. Es importante que ella se pasee y reconozca el peso que ha tenido ese “desprecio” de sus padres, que vea su vigencia, que la reconozca como propia, pues es la única manera de poder entregarla a la Expiación.

Este es el momento del agradecimiento: *¡Gracias Padre!*

3. 4.- A veces el paciente está cerrado a ver su pasado por puro miedo y no obtenemos resultados fiables, pasamos al cuarto paso.

Imagínate que estás solo en casa pensando en tu problema y te das cuenta de que te has sentado sobre algo duro que te está lastimando la pierna. Te levantas para retirarlo y ves que es un álbum de fotos.

Hay fotos de la infancia; con tus hermanos, padres, de vacaciones, en el colegio, con primos... también de la adolescencia e incluso de mayor. Hay diversas fotos, te olvidas de tus preocupaciones y comienzas a verlas. Y hay una que te llama la atención, te centras en ella y me la describes.

Finalmente elige una foto en la que está con sus hermanos abriendo el regalo de navidad. Es importante centrar la escena preguntando cuantos eran y en la disposición que estaban colocados, pregunto cómo iban vestidos, como era la habitación o el espacio en el que se tomó el retrato. A veces se obtiene datos, pero es importante que el paciente se familiarice y acabe recordando

la escena lo más completa posible. Acabamos en los rostros de cada integrante, empezando por los mayores del paciente:

- Preguntamos uno por uno; ¿Cómo está, triste, feliz, sin expresión...? Todos contentos con sus regalos, -nos contesta-, felices... **y ¿tu rostro cómo está?** Decepcionado, sus regalos son mejores que el mío. Ya salió, “no soy tan valioso como el resto de mis hermanos”

Este último paso da mucho resultado.

3. 5.-Para los casos duros, a veces nos encontraremos con ellos, hay dos salidas. La primera se da cuando el terapeuta sospecha cual es el error, aunque el paciente no lo haya reconocido. En ese caso se pueden hacer las Expiaciones según nuestro criterio. Me he sorprendido de los buenos resultados que he obtenido haciéndolo de ese modo.

La segunda es dejar la psicoterapia sin acabar y pedir al paciente que repita con su mala un mantra para facilitar el acceso al inconsciente; “Me abro a la parte de mí que sabe y que puede” en otras palabras; Me abro a la Voz de Dios en mí. La psicoterapia la podemos acabar pasados unos días.

Mi experiencia sobre este caso es muy satisfactoria.

4.- ENTREGA A LA EXPIACIÓN

Se comienza la entrega a la Expiación del error en todas las formas y variables posibles. Siempre es el mismo asunto visto desde diferentes ángulos.

Hay que tener en cuenta que cada psicoterapia es diferente, la entrega debe adaptarse al caso concreto del error que nos quita la paz, el que nos ha traído a la psicoterapia.

Cuando con el error hay una culpa unida, puede comenzarse entregándola a la Expiación.

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por el juicio que les hice a mis padres (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por haberme querido separar de ellos, por haberme avergonzado de ellos (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por la condena que he sostenido sobre mis padres (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por haber confundido el amor de mis padres con olvido (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por no haber sido cariñosa con ellos (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por el resentimiento que le he guardado (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por la separación que impuse (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por haber querido ser más que ellos (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por haber mal interpretado sus decisiones (bis)

-Entrego a la Expiación la culpa que siento por haberme rebelado (bis)

Hasta que nos agotemos.

Paramos y preguntamos cómo siente lo que estamos diciendo: **-¿Cómo lo sientes? ¿verdadero o falso?** Por si hay que corregir alguna dirección. Solo debe admitirse una de esas contestaciones, descartar explicaciones o peros. A partir de ahí proseguimos con las decisiones equivocadas.

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que mis padres me abandonaron (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que mis protectores se olvidaron de mí. (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que me quedé sin apoyos (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que no estoy preparada (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que estoy sola. (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que soy vulnerable. (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que el mundo puede conmigo (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada han sido injustos conmigo (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada se me niega el reconocimiento (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada no se me tiene en cuenta (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que no me tienen en cuenta. (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que me abandonan (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que no estoy preparada (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada acabaré olvidada (bis)

Para finalizar volvemos a preguntar si lo siente verdadero falso, no aceptar nuevamente matices.

Terminadas las entregas de las culpas y los juicios erróneos de nuestro inconsciente, proseguimos con la oración:

-De la misma manera que tomé estas decisiones que están trayendo dolor a mi vida, ahora las entrego al Espíritu junto con mis culpas. (bis)

-Pues el Espíritu si se lo permito anulará las consecuencias de mis decisiones equivocadas (bis)

-Y elijo hacerlo (bis)

Levanto un poco la voz:

-Y acepto, que Él tome una nueva decisión (bis)

-Que ocupe el lugar de las que abandono (bis)

-A favor de Dios por mí que me traiga la paz. (bis)

-A mí, a mis padres, a mis hermanos... a todos cuantos me vean y se crucen conmigo, a todas las personas que se sientan (... desvalorizadas o relegadas...)

-Que nos traiga la paz. (bis)

-¿Cómo te sientes? (Conviene preguntar para ver el grado de paz que le ha llegado. Yo pregunto que califiquen del uno al diez su estado, sólo el diez es aceptable)

De no calificar las entregas con un diez, pregunto ¿qué necesitas para estar completamente liberada. Puede que al paciente nos presente una duda de esa forma:

- “Todo ha sido muy acertado y sanador, pero ¿Dará resultado conmigo?”

Por poner una circunstancia que se me ha presentado varias veces. En tal caso continuaríamos de esta forma:

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que lo mío es tan grave que no tiene arreglo (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que conmigo no funciona nada (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada que a mí nadie me ayuda (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que a mí nadie me ve (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada no merezco la atención de nadie (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que nací así y no tiene solución (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que es imposible que mi vida mejore (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que es imposible que se arregle mi vida, que vaya a mejor, que se acaben mis penas, que todo me vaya bien. (bis)

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que solo un gran milagro podría resolver lo mío, pero a mi jamás me ocurrieron.

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que no me merezco los milagros

-Entrego a la Expiación mi decisión equivocada de que tampoco a Dios le importo.

Preguntamos de nuevo como siente estas entregas verdaderas o falsas para proseguir. Esto acaba generalmente con las dudas y las vacilaciones. Se prosigue:

-De la misma forma que tomé estas decisiones equivocadas cerrando el paso al milagro (bis)

-Con gusto las entrego a la Expiación, para que las aleje definitivamente de mí, las deje sin efectos y consecuencias en mí, en mis antepasados y en los que van a venir. (bis)

Repetimos de nuevo esta fórmula tras cada entrega.

5.- ORACIÓN DE TOMA DE RESPONSABILIDAD

Me gusta continuar con esta oración:

-Padre, me equivoqué, me confundí a sabiendas con una mujer (p.e.... a la que dejaban abandonada). Me confundí con una mujer (...que molesta, que decepciona...) y me identifiqué tanto con ese personaje que he vivido su vida en lugar de la mía y ahora no sé quién soy. (bis)

-Padre, me he llenado de una culpa que no es mía y de unas responsabilidades que no me pertenecen. Dicté unos decretos que me hacen daño, tuercen mi vida y son tan consistentes para mí que forman mi realidad. No puedo imaginarme sin ellos, me siento envuelta en juicios del pasado, atrapado en su maraña, confundido con ella, marcado e inevitablemente deformado por ella. (bis)

-Padre, en algún momento que equivoqué y me dejé engañar a sabiendas por mi mente errada (el ego) con la pretensión de tener una vida diferente, especial, con más brillo... y he fracasado.

-Por eso vengo a devolverte mi mente, la llené de juicios y de decretos que ahora están actuando en mi contra y no sé cómo dar marcha atrás.

-Vengo aquí agotada para que me liberes de mis propios decretos. Los siento como míos y creo completamente que forman parte de mí. (bis)

Padre, restaura en mi mente la inocencia que me diste en mi creación, me olvidé de ella mientras dormía y ahora estoy presa de algo con lo que no sé manejar. (bis)

Padre, entra en mi mente y restaura el orden del que formaba parte.

Padre, entra en mi mente y libérame del juicio que hice a mis padres de poco amorosos, de despreocupado, de lo que jamás pudo ser cierto, pero que para mí tienen toda la certidumbre del mundo. (bis)

Padre, entra en mi mente y libérame del acuerdo que hice conmigo misma sobre mi escaso valor e importancia.

Padre, entra en mi mente y libera en ella la mente de los que me rodean y de los que recibo desprecio y olvido, para que puedan verme y valorarme como realmente soy.

Padre, entra en mi mente y libéranos de los acuerdos secretos que hicimos entre nosotros para que ellos no me valoraran y yo me sintiera sola y discriminada.

Padre, entra en mi mente y libérame de aquel pasado de niña que contiene los errores que están perjudicando mi vida y mis relaciones.

Padre, entra en mi mente y libérame de todo lo que no es cierto y que contradice Tu Voluntad de que sea feliz, porque quiero recuperar mi paz y encontrar el camino de regreso a casa.

6.- LIBERTAD DE LOS INTERVINIENTES

Le pedimos que traiga a la mente los hermanos o situaciones que nos daban mala vida (lo que nos estaba quitando la paz) y decirles:

-Ahora os veo (bis)

-Gracias a vuestra... (P.e. a vuestro tesón de dejarme la última de no darme importancia ninguna) y del dolor que esto me ha ocasionado he pedido ayuda y ésta me ha mostrado el error de mi mente que las causaba. (bis)

-Ya descubrí que era un juicio de mi (...niñez, juventud...) y pude librarme de él entregándolo a al Expiación (bis)

-Y desde esa libertad vengo a hablaros: Ya no necesito que sigáis (p.e. olvidándoos de mí...), ya aprendí, os doy la libertad. (bis)

-Por eso entrego al Espíritu Santo esa parte vuestra que es mi falsa creación. (bis)

-Para mi (poner la función que han venido desempeñando en la vida del paciente, p.e: descrédito y mis fantasías de separación y culpa). (bis)

*-Y sé que os liberaréis del desastroso papel que os adjudiqué en mi vida.
(bis)*

-Porque ya no quiero seguir viviendo en el pasado (bis)

*-Por eso, en nombre de mi libertad y de mi paz, elijo también la vuestra
(bis)*

-Porque he aprendido que hemos de liberarnos juntos. (bis)

7.- DESPEDIDA

(NOMBRE) *-Todos tus pecados te han sido perdonados y los tuyos junto
con los míos (bis)*

ANEXO

Este podría ser el guion tipo, pero hay algunas variables a tener en cuenta donde mayormente puede aplicarse en las enfermedades, pero me he observado haciendo este camino también en el resto de los casos.