

*Paso 8:*  
**DEVOLVAMOS LO QUE  
NO ES NUESTRO**

EL CAMINO DE LA **MANIFESTACIÓN CONSCIENTE**

*Bevione*

## ● DEVOLVER LO QUE NO ES NUESTRO

Hacemos lo que podemos, lo que sabemos y lo que nos animamos a hacer. Y en todo lo que hacemos hay algo en común: creemos que es lo mejor. Nadie se equivoca porque quiere, sino porque está experimentando y apuesta por lo que puede y sabe hacer en ese momento. Pero lo que debería alertarnos es que incluso cuando los resultados no son los esperados o las consecuencias no son positivas, seguimos con insistencia haciendo lo mismo. ¿Por qué no podemos salirnos de ese círculo tan claramente inútil para hacer algo diferente?

**Funcionamos a partir de lo que hemos aprendido, tanto de nosotros, de experiencias pasadas como de los demás.** Especialmente de los demás. Por la manera en que vimos que otros hacían las cosas y por lo que nos contaron sobre la manera de hacerlo.

Mucho del respeto que tenemos por nuestros antepasados se basa en mantener ciertas formas de movernos por el mundo de acuerdo a lo que les funcionó a ellos. Y creemos que habría cierta traición si cambiáramos. Es probable que a ellos les sirviera, pero si a nosotros no nos está funcionando es necesario actualizar nuestras maneras de proceder.

**Lo que consideramos bueno y malo está determinado por estos aprendizajes.** Y es posible que nos hayamos sentido mal, incómodos o extraños haciendo cosas «buenas», y que aunque no nos hayan funcionado, sigamos insistiendo porque hacerlo diferente nos pondría en una posición incorrecta.

Me encuentro con muchas personas que mantienen un alto nivel de fidelidad a sus aprendizajes, afectando negativamente sus vidas, desde las relaciones amorosas, de trabajo y hasta en su economía. Y el error no es solamente que lo hagan, sino que no puedan verlo de otra manera.

Por eso, nuestro cuerpo nos ayudará a reconocer lo que es nuestro y lo que tomamos prestado de alguien. **Cuando algo es prestado, es incómodo o nos molesta.** Un zapato de un talle mayor al que calzamos no nos permite caminar con seguridad y un talle menor nos paralizaría por el dolor que nos produce en el pie. El zapato no es malo, no es inútil, simplemente no es para nosotros.

Por lo tanto, eso que nos resulta incómodo, aunque sea un regalo que hemos recibido, aunque nos encante o aunque sea «bueno», no nos dejará transitar lo que sigue del camino. **Y sin camino no hay destino.**

## LA TAREA

.....

→ **Revisa cómo te sientes con aquello que haces sin conseguir los resultados positivos.** Identifica las sensaciones especialmente en tu estómago y en la parte superior de la espalda.

.....

→ **Distingue lo que se siente cómodo de lo que te pesa.** Hay acciones que no tienen los resultados esperados en este momento, pero que te llevarán a destino si se sienten bien. Otras, que aunque prometan en grande, resultarán esfuerzos sin logros. Pueden haber funcionado para otros, pero no para tu camino.

.....

→ **Pon atención en diferenciar el cansancio físico de las sensaciones de pesadez, incomodidad o descontento.** Las acciones alineadas contigo pueden en algún momento generar cansancio, es natural que así sea. Pero tu corazón estará en paz. Habrá dicha, aunque el cuerpo necesite descansar. En cambio, puede que tengas energía para seguir andando pero lo que te detiene es una sensación de pesadez que está más ligada a las emociones que al cuerpo en sí. Una manera clara de revelarse es a través del malhumor.

.....

→ **Identifica lo que ya no es tuyo,** lo que no representa tu manera o tu accionar y define una nueva manera de obrar.

.....

- **El darte cuenta de lo que «no es», te ayudará a definir lo que sí está en sintonía con tu caminar.** Y pon atención a eso. Te darás cuenta porque es lo que tienes ganas de hacer y lo que posiblemente ya sabes cómo hacerlo. Y, por supuesto, se sentirá cómodo. Apostar por lo que el corazón decide y desafiar las opiniones de la personalidad es la tarea.
- .....

*Bevione*



JULIOBEVIONE.COM