

Em Presença 0002: Amor Próprio Incondicional com Jeffrey Mishlove

Transcrição do vídeo - *New Thinking Allowed* por Jeffrey Mishlove
www.newthinkingallowed.org



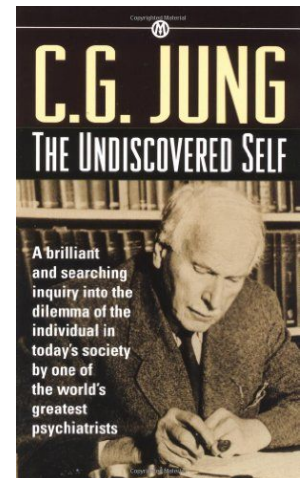
Gravado em 1 de março de 2018

Publicado no YouTube em 3 de março de 2018

Copyright © 2020, New Thinking Allowed Foundation

(0:00:33) Olá. Eu sou Jeffrey Mishlove. Há mais de 30 anos trabalhei como instrutor de uma empresa chamada Omega Seminars, fundada por um homem chamado John Boyle. Ele inventou uma descoberta fascinante sobre a natureza humana, que tem sido muito importante no meu próprio desenvolvimento de caráter desde então. Posso resumir em três palavras: amor próprio incondicional.

(00:01:05) Cada uma dessas palavras é importante. Vamos começar com o do meio, "eu", porque muitas pessoas pensam, oh, ele é tão cheio de si. Ou, se uma pessoa se ama, significa que é muito egoísta. Não é isso que eu quero dizer. Estou usando a palavra eu no sentido junguiano. Não o ego, mas o eu profundo. Pode-se dizer o espírito, a consciência subjacente, a testemunha dentro de cada um de nós, o ponto de autoconsciência, o ser espiritual que cada um de nós é. É tão vasto, tão profundo e tão grande que não temos idéia da extensão do eu. Pode-se até dizer que todos compartilhamos um eu.



(00:01:56) Então, "incondicional", a terceira palavra dessa frase, realmente significa exatamente isso: amar a si mesmo, ter um sentimento caloroso e positivo em relação a si mesmo, sem colocar nenhuma condição nele. Em outras palavras, não importa o que eu pense, não importa o que eu sinta, não importa o que eu faça, eu posso me amar. Isso não significa que eu não quero melhorar. Isso não significa que estou acima de todas as críticas, de maneira alguma. Eu posso trabalhar construtivamente para me tornar uma pessoa melhor todos os dias da minha vida. Posso reconhecer minhas fraquezas, minhas falhas e minhas várias dúvidas. Estou certo de que há muitas coisas pelas quais preciso compensar ou fazer as pazes em minha vida. Mas isso não me impede de ter amor próprio incondicional pelo ser espiritual profundo dentro de mim. O profundo ser espiritual que eu sou.

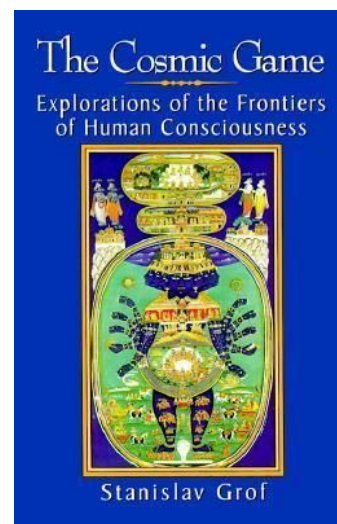
(00:03:05) Amor próprio incondicional ... "Amor" agora pode ser a palavra mais difícil de todas. Quero dizer, usamos tanto a palavra que, de certa forma, ela é quase sem sentido. E eu sou uma pessoa que tem essa palavra (Amor= Love) no meu sobrenome, Mishlove. Você poderia dizer que é um enigma, é uma coisa peculiar. Mas sabemos o que é o oposto do amor. Muitos de nós têm áreas de ódio a si

mesmo, áreas das quais realmente não gostamos de nós mesmos. E isso é uma coisa triste. Não é apenas triste, é uma coisa desnecessária. Não há razão para viver se odiando. Quero dizer, vamos dar o exemplo mais extremo, Hitler. Hitler deveria estar cheio de auto-ódio? Isso é muito, muito difícil. Mas, neste momento, vou sugerir a você que até Hitler compartilha um profundo ser espiritual, que é puro e não envernizado, apesar de seu mau comportamento.

(00:04:25) Eu sei que isso vai ser difícil para algumas pessoas digerir e aceitar. Não estou pedindo a ninguém que aceite, francamente. Provavelmente é um exemplo muito extremo. Mas, eu estou colocando isso aqui, em qualquer caso. Felizmente, acho justo dizer que ninguém esteja vendo este vídeo é um Hitler. Todos temos coisas que precisamos corrigir e melhorar em nossas vidas. Se considerarmos a possibilidade de vidas passadas, e se você assistiu a série *New Thinking Allowed*, sabe que há muitas evidências empíricas que apóiam a noção de vidas passadas. Então, todos nós participamos de crimes, porque a história da humanidade é cheia de muitos, muitos crimes, entre outras coisas.

(00:05:24) Agora, eu gostaria de sugerir uma visão da consciência que é muito maior, muito mais ampla que a reencarnação. E essa é a noção incorporada no conceito de consciência cósmica. A consciência cósmica sugere que somos um com tudo. Que somos todos - passado, presente e futuro, que já viveram. Então, há um Hitler dentro de nós. De fato, pode-se dizer em um sentido literal, toda vez que você respira ar, você está respirando moléculas que foram realmente, fisicamente, literalmente inspiradas, não apenas por Adolf Hitler, mas por todos os que já viveram a história da humanidade. Temos isso dentro de nós.

(00:06:14) Então, pode-se dizer, em um sentido profundo, que o amor próprio não é apenas amor por si mesmo, mas amor por todos e tudo, amor por todo o universo. Amor por todo o universo. Não importa o que aconteça, não importa quantos planetas explodam e sejam destruídos, não importa quantas supernovas existam, ou quantas galáxias colidem, ou quantas injustiças são cometidas. Há um nível, descrito de forma eloquente pelo maravilhoso psiquiatra μ Dr. Stanislav Grof, em seu livro *The Cosmic Game*, no qual ele sugere que podemos transcender todas as emoções humanas convencionais em torno dessas coisas e apenas estar em harmonia e em paz com o universo como um todo.



(00:07:18) Isso pode parecer muito idealista e improvável, mas o que vou fazer será sugerir a você que existem técnicas específicas que você pode fazer para entrar em um estado de total amor incondicional, no mais amplo sentido.

(00:07:39) A primeira coisa a se ter em mente a esse respeito são os pensamentos que você mantém, que diz a si mesmo, porque cada pensamento é um ser espiritual vibrante. Cada pensamento tem uma

força, tem um poder, mas também temos escolha. Não precisamos aceitar todos os pensamentos que passam por nossas mentes. Por exemplo, se eu tenho um pensamento negativo em relação a mim mesmo, tipo, oh, sou tão estúpido. Isso acontece com a maioria de nós de tempos em tempos. Eu digo para mim mesmo, cancele esse pensamento. Talvez eu tenha sido idiota, ou talvez tenha feito algo idiota que deveria ser corrigido, mas eu, eu mesmo, meu eu profundo, não meu ego, meu eu profundo não é idiota. Meu eu profundo é incrivelmente sábio, sábio além de toda imaginação, na verdade.

(00:08:39) Não é fácil praticar isso primeiro. Pode parecer quase impossível captar esses pensamentos e alterá-los. Mas, na verdade, e eu vou entrar nisso em um episódio futuro de "Presença", na verdade a técnica da auto-hipnose é muito profunda e muito poderosa e, com um pouco de prática, torna-se apenas uma segunda natureza para capturar aqueles negativos. pensamentos e dizer, cancelar esse pensamento, mudar esse pensamento. Na verdade, estamos presos por esses pensamentos.

(00:09:12) Vivemos em um estado de transe cultural, onde estamos cercados por pensamentos de "não posso fazer isso" e "isso é impossível" ou "sou jovem demais" ou "eu sou muito velho", ou "sou muito fraco" ou "sou muito forte" ou "pertencço a esse grupo de pessoas que estão sendo perseguidas", no meu caso, por exemplo, o grupo de parapsicólogos. Mas, pode ser a sua raça, religião ou origem nacional, sexo ou tamanho do corpo. Nenhuma dessas coisas precisa nos limitar. Tudo isto pode ser superado.

(00:09:50) Vivemos, como eu disse, em uma prisão onde pensamos que as coisas são impossíveis. Onde pensamos: "Como posso me amar incondicionalmente?" Estou lhe dizendo, você pode, é possível. Apenas se agarre a esse pensamento, considere isso como uma possibilidade e lembre-se de que haverá mais instruções nesse sentido, enquanto me esforço para produzir esses segmentos "na presença" diariamente. E lembre-se também de que eles foram projetados para serem lidos em sequência, começando pelo primeiro. Foi por isso que os numerei - este é o número dois.

(00:10:32) Porque eu acho que a ideia de amor próprio incondicional é tão fundamental, tão profunda, tão importante. Quando você pode entrar nesse estado de saber que está bem, não importa o quê - se você está aleijado, se está doente, se está passando por um estresse extremo - ainda pode estar em um estado de amor próprio. Está disponível para você. Eu descobri que durante meus momentos de provações e tribulações, grandes e pequenos, que essa pequena técnica e esse pouco conhecimento foram de grande valor para mim. E assim, estou compartilhando com você agora. Há mais por vir. Obrigado por estar comigo. (00:11:30)

Fundação New Thinking Allowed



**Promovendo Conversas sobre Conhecimento Avançado e Descobertas com
o Psicólogo Jeffrey Mishlove**

Visite nosso canal no [YouTube](#) para Mais Vídeos