

MÁS ALLÁ DEL TEMOR

Las enseñanzas de Don Miguel Ruiz

Carrol Nelson, Mary

- **Desarrollo de veneno mental.**
- **El dolor crea sufrimiento.**

Los dioses intentan infundir una sensación de injusticia, que es como un cuchillo que lacera la mente. La injusticia produce un veneno emocional que se manifiesta en forma de tristeza, envidia y temor. La herida de la mente lastimada puede doler y una vez abierta, produce más veneno.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 25.

- **Rendirse es una felicidad.**
- **Tratar de ser misma frecuencia.**

Rendirse es una forma de ser feliz en cualquier circunstancia. Acepté aquel lugar como mi nuevo mundo y todo empezó a cobrar sentido. Ya no me preocupaba el tiempo. Acepté el intercambio de energía a medida que las figuras parecían vivir. La comunión consiste en vibrar a la misma frecuencia. No hice uso de la razón.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 35.

- **La Tierra como infierno.**
- **La emoción dominante el miedo.**

El infierno es el sueño combinado que comparten todos los seres humanos. Tanto los sueños individuales como los colectivos son en realidad pesadillas. Todos los individuos tienen un sueño de la realidad y, del mismo modo, lo tiene cada familia, cada comunidad, ciudad, estado, o nación y la humanidad al completo. Todos contribuimos a este sueño, cuya característica principal es el miedo.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 47.

- **Tipos de energías.**
- **Material y emocional.**

La energía material es la detectable y demostrable mediante métodos científicos. La energía etérea no puede demostrarse dentro de los límites de la corriente dominante de la ciencia. No podemos demostrar que el odio o el amor existen, pero notamos su efecto. La energía emocional es energía etérea.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 53.

- **Percepción de la realidad.**
- **El nombre da realidad.**

La percepción es un milagro que evidencia nuestro poder para crear la realidad exterior. Percibimos el mundo natural, pero en realidad tiene su origen en nuestra mente y cerebro.

Hemos creado el lenguaje, y lo utilizamos para dar nombre a todos los animales y plantas, y demás componentes de este universo. Nombrar las cosas parece autentificar el mundo de ilusión. La realidad que hemos creado nos da una falsa sensación de seguridad.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 62.

- **Temor y amor.**
- **Impactos en la percepción.**

El amor tiene miles de millones de expresiones, incluido el miedo. El miedo es un reflejo del amor, pero supone sólo una mínima parte de sus manifestaciones. El temor controlará la mente y ésta controlará el cerebro. Actuamos según nuestras percepciones, de modo que si sentimos temor, lo que percibimos se analizará con temor. Vemos en la mirada de una persona lo que ésta encierra en su mente.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 75.

- **Estado mental del infierno.**
- **Base del temor y sufrimiento.**

El infierno es un concepto que se encuentra en más de una religión. El infierno se describe como un lugar de sufrimiento, temor, violencia e injusticia, donde todo el mundo infringe castigos a los demás. El infierno es un estado mental humano: no está en el cuerpo ni en el alma. Los demás animales no poseen un infierno propio, aunque pueden ser víctimas del infierno humano. Es el modo en que nosotros soñamos nuestra vida.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 81.

- **Estado continuo de soñar.**
- **La mente es reflejo de la vida.**

Todo lo que la mente percibe tiene un componente emocional. Cuando la luz de frecuencias cambiantes incide en los objetos materiales, se refleja en nuestros ojos. El cerebro traduce esas imágenes luminosas de energía material en materia, y percibimos como realidad lo que es producto de la mente. De hecho, esta realidad es un sueño. Soñamos veinticuatro horas al día, tanto si nuestro cerebro está despierto como si está dormido.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 82-83.

- **Estado continuo del sueño.**
- **Sufrimos porque no lo sabemos.**

Nuestra desesperación radica en el hecho de que no sabemos que estamos soñando. Esta es la razón por la que vivimos en la pesadilla del infierno.

Los temores de una mente humana crecen cuando se proyectan al exterior. Nuestra comunidad es una sociedad del temor, la injusticia y el castigo.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 84.

- **Situación infernal del temor.**
- **Alejarnos el infierno...**

Aún así, el temor debe ser erradicado para que podamos alejarnos de la actual situación infernal. No puede aparecer un nuevo sueño si no muere el anterior. Este cambio de grandes proporciones, ya previsto, nos conducirá al caos mundial, pues se producirá el desmoronamiento de todos los sistemas basados en el temor. A partir de entonces, el nuevo sueño crecerá y florecerá.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 89.

- **Percibimos por el sol.**
- **Realidad = cómo reaccionamos al sol.**

En sus enseñanzas, Miguel reitera que todas nuestras ideas y sueños proceden del Sol. Sólo podemos percibir las cosas a través de la luz que reflejan y que tiene su origen en la luz solar. La realidad, como la conocemos, es la recreación en nuestras mentes de esa luz reflejada.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 93.

- **Estados emocionales perturbados.**
- **El juez y la víctima.**

En el infierno hay dos gobernantes principales: el Juez y la Víctima. En nuestra mente, nuestro Juez nos incrimina. Nuestra Víctima asume la falta y se siente culpable. Estos dos aspectos de nosotros mismos se detestan entre sí. La comunicación entre ambos en nuestro interior se interrumpió durante nuestro proceso de culturización, sin importar las creencias que tuvieran los mayores que nos educaron.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 96.

- **Desarrollo del miedo.**
- **Sistema de castigos y recompensas.**

Por lo general, cuando se nos castiga sentimos que es injusto y nos rebelamos. Esto abre una brecha en nuestra mente, y el resultado de esa herida es que producimos veneno emocional. El dolor que sentimos en nuestro corazón es emocional, no físico. Y ese veneno emocional llega a nuestra mente. El miedo aparece y dirige a partir de ese momento nuestro comportamiento y nuestra mente. Tememos al castigo y también no recibir recompensas. Ésta se entiende como una señal de aceptación.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 97.

- **Sistema de creencias.**
- **Familia, religión y escuela.**

Recibimos nuestro sistema de creencias de la sociedad durante el periodo de *domesticación*. Lo absorbemos a través de nuestra familia, la escuela y la religión. No podemos elegir en qué creer, aunque nos rebelamos; tampoco podemos hacer nada para cambiar la situación. E, igual que de niños, nos rebelamos también cuando somos adolescentes y buscamos nuestra propia identidad. En este momento crucial de nuestra vida, vemos cómo el sistema de creencias reprime nuestros instintos humanos normales y cómo los adultos nos manipulan.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 98-99.

- **La mente como mitote.**
- **Concepto tolteca.**

Existe una práctica ancestral entre varios caminos mexicanos de conocimiento llamada el mitote. *Mitote* es una palabra India que se ha incorporado al español. La palabra sería sinónimo de «caos», pero se usa para indicar una cacofonía de voces sin acuerdo, como el murmullo de un mercado o la torre de Babel. Los toltecas solían decir que una mente humana corriente es un mitote.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 103.

- **Reprogramar la mente.**
- **Hacia liberar el temor.**

Hay que recordar que no elegimos nuestras creencias, nos las inculcaron. Las creencias que nos hacen felices merecen conservarse. Las que nos provocan infelicidad pueden revisarse y modificarse. Nuestro objetivo es reprogramar nuestras creencias para liberarnos del miedo.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 106.

- **Ver las cosas como son.**
- **Base para salir del infierno.**

Aprendieron a observar el sueño del planeta sin ninguna emoción y recuperaron la claridad mental. La conciencia y la claridad propiciaron un cambio. El cambio es posible si usamos las maestrías toltecas. Si vemos las cosas tal cual son, tenemos una oportunidad. La conciencia nos ofrece una apertura. Siguiendo este sencillo planteamiento, empezaremos a salir del infierno.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 109.

- **Relaciones de temor.**
- **Se basan en mentiras.**

Mentir es una defensa que parte del temor. No queremos ver nuestras heridas personales, nuestra cólera y envidia, o aceptar que tenemos miedo. En nuestras mentiras reproducimos imágenes falsas de nosotros mismos. No hay comunicación entre los seres humanos a causa de nuestras mentiras.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 111.

- **Nada es personal.**
- **Prepotencia creerse uno mismo.**

No te tomes nada como algo personal. Todas las cosas nos afectan personalmente cuando nuestra prepotencia nos lleva a suponer que todo lo que pasa tiene que ver con nosotros. Por eso seguimos lastimándonos unos a otros y lo que llamamos injusticia nos llena de amargura.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 115.

- **Base de los acuerdos.**
- **Se hacen por emociones.**

Respetan mucho el mundo material. No hay que ser pobre, aunque tampoco codicioso, en este sistema. Nos servimos del mundo material, pero sabemos que no es nuestro. La mayoría de los acuerdos representa ataduras. Decimos este es mi cuerpo, mi casa, mi familia, mi vida... pero no es verdad. Tener miedo de perder las adquisiciones materiales o emocionales es el infierno.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 116-117.

- **Base del caos mental.**
- **Mente y cuerpo se lo creen.**

También respetamos nuestra mente y permitimos que se controle a sí misma. La mente ama al cuerpo. Dejamos que nuestro cuerpo, nuestro amor, nuestra mente y nuestra alma sean tal como son.

Cuando el cuerpo cree «soy lo que siento» y la mente siente «soy el cuerpo y soy lo que pienso», surge el caos. Para acabar con él, tenemos que dejar que el cuerpo lo haga lo mejor posible, pero no menos ni más de lo que pueda.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 117.

- **Todos deseamos la felicidad.**
- **Necesidad de cambio.**

Vemos que a lo largo de la historia los seres humanos siempre han buscado la felicidad eterna. Buscamos un estado de gracia o de dicha en el cielo, el Nirvana o el Olimpo. Con la clase de sueño que domina este planeta, parece imposible alcanzar nuestro objetivo de felicidad.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 124.

- **Trabajo con la mente.**
- **inventario y acecho.**

Usamos la memoria para acceder al pasado y recuperarlo. Así pues, diríamos que el inventario tiene que ver con el pasado, mientras que el acecho tiene que ver con el presente. El arte del acecho es el arte de la voluntad propia, la elección y la asunción de riesgos. Es el arte de estar vivo, siempre en tiempo presente como lo hace el jaguar.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 124.

- **El cuerpo emocional.**
- **Sistemas de negación racional.**

El cuerpo emocional sólo tiene un objeto, que es sentir. El intelecto hace una interpretación de lo que sentimos e intenta justificar nuestras reacciones emocionales. También trata de reprimir al cuerpo emocional y cubre nuestras heridas con mentiras para evitar el dolor. De este modo, desarrollamos nuestro sistema de negación.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 125.

- **Felicidad como objetivo.**
- **Amar a los otros.**

Debemos buscar siempre la felicidad antes que nada. Sólo podemos obtenerla de nuestro interior. Nadie puede hacernos felices. La felicidad es una manifestación del amor que surge de nosotros mismos. No somos felices porque otros nos amen, sino porque nosotros los amamos. El objetivo de la formación tolteca es convencer a una persona de que se ame a sí misma.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 131.

- **El amor a uno mismo.**
- **Nos hace feliz y suficiente.**

A través de nuestras heridas, nos negamos primero el amor a nosotros mismos y, después, se lo negamos a los demás. Así pues, el amor por uno mismo debe ser el primer objetivo. Si nos amamos lo suficiente a nosotros mismos, no necesitamos el amor de otra persona. Podemos establecer una relación porque queremos hacerlo, no porque lo necesitemos. Si estamos necesitados, podemos ser manipulados. Si somos felices, no necesitamos a otra persona para que nos haga felices. Compartimos nuestra felicidad, no nuestra soledad. El amor por nosotros mismos nos hace dignos de ser amados. Los demás tratan siempre de acercarse a la persona que está en paz consigo misma.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 131.

- **Cuerpo humano.**
- **Los cuatro elementos de forma.**

Pongo énfasis en la conexión entre nuestros cuerpos y la madre Tierra. En el sistema que utilizo, están representados los cuatro elementos, (tierra, aire, fuego y agua). El cuerpo humano es tierra. La columna, el encéfalo y el sistema nervioso son fuego. El sistema circulatorio es agua y los pulmones, aire.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 139.

- **Mente: miles de emociones.**
- **Se debe investigar la dominante.**

»La mente está formada por miles de millones de emociones. Cada emoción es un ser vivo, y todas juntas forman la mente. Es como un país donde habitan millones de personas. Debemos preguntarnos dónde está y quién es el dirigente de este país emocional. No debemos emitir juicios y hablar de malos tratos. Pensar así es sucumbir al victimismo. En la tradición tolteca, rechazamos ser una víctima.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 142.

- **Atención es percepción.**
- **Para discernir los estímulos.**

Aún así, algo mágico que tiene el ser humano es su capacidad para discernir. Podemos eliminar todas las percepciones en las que decidimos no fijarnos y concentrarnos en aquella que deseamos estudiar. Este poder para elegir una percepción entre millones de estímulos posibles y centrarnos en ella es lo que denominamos «atención».

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 152.

- **Samadhi y no preocupación.**
- **Es lo que tiene que ser.**

Es como un estado de samadhi. Después de ese día único, tengo una percepción del mundo diferente. Lo veo sin juzgarlo. El resultado es sorprendente. No me preocupa el planeta en absoluto. No me preocupa la naturaleza. No me preocupa la demás gente, la guerra, un tornado o que alguien me dispare. Sé que lo que pase tiene que pasar. Pasa como debe pasar y confío en ello absolutamente.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 156.

- **Desarrollo de no-juzgar.**
- **Sabiduría de la no-necesidad.**

Hay un modo distinto y mucho más hermoso de ver el mundo. Cuando nos olvidamos de la necesidad, ya no tenemos miedo de ser lastimados. No tenemos expectativas. No necesitamos límites. Nos fundimos con todo. No pensamos. Sentimos dicha, pero no candidez. Hemos superado la inocencia con sabiduría, no sólo con conocimiento. Sin necesidad, somos sabios.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 159.

- **Muerte y mente continua.**
- **Seguimos soñando.**

Tras el accidente, empecé a estudiar mis sueños porque pienso que lo que nos ocurre después de morir es como un sueño. Comencé con la noción de que ese estado será muy parecido al de estar soñando. Eso es exactamente verdad. El cuerpo muere y la mente sigue soñando.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 164.

- **Vivimos una ilusión.**
- **La felicidad es interna.**

Fundamentalmente, vivimos una ilusión. La felicidad que buscamos es también ilusoria. Es un fantasma. Podemos sentir la felicidad un breve instante, pero no más porque no pertenece al exterior. La felicidad es un estado de ánimo, como el sufrimiento y sólo acaece en nuestro sueño personal, pues no procede de la realidad material. Nuestro éxito y felicidad dependen de la calidad de nuestro sueño personal en la realidad etérea.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 166.

- **Mente y muerte.**
- **Sigue con los sueños.**

Percibimos que estamos soñando con nuestra mente, no con nuestro cuerpo ni con nuestro cerebro, y sentimos que la mente seguirá soñando más allá de la muerte. La muerte pierde poder cuando aceptamos que lo que muere es el sueño, no el soñador. Nosotros somos lo que permanece.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 167.

- **Miedo y muerte.**
- **El problema de perder.**

La única razón de su sufrimiento era que se resistía al Ángel de la Muerte.

Eso es cierto para todos nosotros. Sufrimos cuando tenemos miedo de perder lo que somos y lo que tenemos.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 179.

- **El infierno está en la mente.**
- **Su base son venenos emocionales.**

El infierno sólo existe en nuestra mente. Es una ilusión, que arranca el temor. En el infierno sólo hay injusticia. El infierno se vive como el veneno emocional de la cólera, la envidia y la codicia.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 184.

- **El infierno y la ilusión.**
- **Necesidad de claridad.**

El infierno es el lugar de los fantasmas; sólo ellos habitan en él. Los fantasmas tienen la sensación de estar vivos. Vivir en el infierno es ser uno de ellos. Paradójicamente, tenemos que morir a nuestra vida anterior para escapar del infierno. Morir nos conduce a la claridad. Advertimos que lo que creíamos real era tan sólo una ilusión. Algo similar al concepto indio de *maya*.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 186.

- **El yoga de los sueños.**
- **Fusionarse con la conciencia.**

1. Cuando te duermas, mantén el convencimiento de que puedes controlar tu sueño.
2. Practica el poder de cambiar lo que estás soñando. Tomarás conciencia de que tú eres el sueño y el soñador.
3. Observa que tu cuerpo que sueña es distinto a tu cuerpo habitual.
4. Empieza a soñar con el cielo. Los demonios intentarán detenerte, pero recuerda que estás viviendo el sueño que tú estás creando, de modo que crea el más hermoso posible.
5. Cuando alcances un estado de dicha, te convertirás en el Dios del amor puro. Con amor, te reunirás con Él.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 210-211.

- **Transforma temor en amor.**
- **Parar el veneno emocional.**

Hasta que la gente encuentra a Dios en su interior, necesita creer en el Dios que está en el exterior. Todos practicamos la magia negra con la propagación de nuestro veneno emocional hasta que aprendemos la magia blanca. Entonces compartimos nuestro temor en amor.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 224.

- **Temor y amor.**
- **Antítesis y comparación.**

1. El amor no tiene expectativas. El temor está lleno de expectativas
2. El amor no tiene obligaciones. El temor está lleno de obligaciones. Cuando actuamos por obligación, nuestra resistencia nos hace sufrir. Cuando no logramos cumplir nuestras obligaciones, nos sentimos culpables.
3. El amor tiene respeto, no sólo por los demás, sino también por uno mismo. El temor no respeta nada, ni siquiera a sí mismo. Cuando nos compadecemos, no nos respetamos. Cuando sentimos lástima por los demás, no les respetamos.
4. El amor es paciente. El temor es impaciente.
5. El amor no compadece. El temor está lleno de compasión, en especial de autocompasión.
6. El amor es independiente. El temor está lleno de ataduras y miedo a soltarnos de ellas.
7. El amor es bondadoso. El temor está demasiado concentrado en sí mismo como para ser bondadoso.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 225-226.

- **Sucesos y pensamientos.**
- **Hacer lo debido.**

Nos dice que despertemos a nuestra responsabilidad personal. Lo que nos sucede depende de nuestros propios pensamientos; nosotros controlamos nuestras acciones y nuestras reacciones. No somos la Víctima ni el Juez para culpar a los demás. Somos un ser espiritual dotado del potencial para transformar el sueño del planeta.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 227.

- **Cuerpo emocional.**
- **Importancia de la infancia.**

Para mí el Parásito es un aspecto de nuestra conciencia que ha olvidado su divinidad y que tiene la capacidad de sentir. Podríamos llamarlo cuerpo emocional. Contiene todas nuestras experiencias pasadas y cada una de ellas es una emoción individual. O la superamos o permanece aferrada a nosotros. Cuando recordamos nuestra infancia, la mayoría de nosotros no puede recordar lo maravilloso de ser niño.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 236.

- **Origen del temor.**
- **Nacer traiciona la divinidad.**

Lo último que recorrí fue la traición existencial. Cuando nacemos, nuestra divinidad se separa de sí misma, de modo que adoptamos la densidad de la materia, nuestra humanidad, este lugar de separación. Nacer es una traición a nuestra divinidad. Vi que llevar esa semilla de traición crea un sistema electromagnético que nos atrae a todo lo que tiene que ver con el temor y la negatividad. Esa separación, esa traición, es la semilla de la que brota nuestra conciencia y es así como accedemos al temor. Es un sistema perfecto.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 239-240.

- **La mente es divina.**
- **Se nos olvida la divinidad.**

Cuando nacemos, soñamos. En el sueño de la serpiente bicéfala, la cabeza de la inconciencia engulle la cabeza de la conciencia. Olvidamos que somos divinos. Perdemos nuestra conciencia divina y olvidamos que estamos soñando. Olvidamos que somos Dios y soñamos que no lo somos. Pero si nos observamos desde el prisma de nuestra verdadera naturaleza, vemos que somos amor. Cuando reconocemos que somos divinos, que no somos ni formamos parte del temor, nuestra otra naturaleza, que es consciente de ser divina, empieza a crecer.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 242.

- **Lo extremo es un reflejo.**
- **De nuestras heridas.**

Si queremos ver qué parte de nosotros necesita acceder a la totalidad y a la luz, que ha de proceder de ese lugar que juzga en nuestro interior, basta con mirar a nuestra pareja. Es sorprendente, pero si miramos fuera de nosotros, veremos que nuestras circunstancias reflejan sin cesar el modo en que juzgamos nuestras heridas.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 245.

- **La energía divina.**
- **Mente refleja la vida.**

Se trata de la energía divina que está atrapada en la columna vertebral, el ángel dormido. La verdad es que somos ESO. Somos espíritu, que no es una cosa y no tiene forma. Es lo que nunca podremos conocer. Pues sólo tenemos acceso al reflejo de la vida, que es la MENTE, la Luna. No a la luz en sí. La verdadera naturaleza del reflejo es la separación y la dualidad.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 250.

- **Proceso de resistencia.**
- **Dos tipos diferentes: el temor.**

Por regla general, hay dos dinámicas básicas que provocan resistencia. Una es: «No me digas qué tengo que hacer». La otra es el miedo a ser engañado. En el proceso de *domesticación*, nuestros padres nos inculcaron que debíamos dejar de ser ingenuos porque de lo contrario el mundo nos devoraría; ahí fuera los perros se comen unos a otros. Nos prepararon para tener miedo a ser engañados. Cuando sentimos temor, podemos preguntarnos si nos asusta que nos digan lo que tenemos que hacer, o tememos ser engañados.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 255.

- **El órgano vivo tierra.**
- **Cada ser humano es célula.**

Su tesis fundamental es que todos los seres humanos forman juntos un ser vivo, que es un órgano del planeta Tierra. Cada ser humano es para la Tierra lo que una célula es para un cuerpo humano. Las células viven y mueren en nuestro cuerpo de forma constante. Del mismo modo, los seres humanos nacen, maduran y mueren. La permanente reposición de seres humanos mantiene vivo el órgano humano de la Tierra, lo mismo que las nuevas células mantienen con vida el cuerpo humano.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 259.

- **Energía etérea.**
- **Distinta a la material.**

¿Qué ocurre con nuestros sentimientos? ¿Con la cólera, la envidia, la tristeza, la felicidad y el amor? Estos aspectos de la vida humana evidencian que existe una energía distinta a la material. Es lo que llamamos energía etérea.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 261.

- **La mente son emociones.**
- **Y su base los sueños.**

Del mismo modo que nuestras células forman nuestro cuerpo, nuestras emociones forman nuestra mente. Así pues, nuestra mente está formada por energía etérea. Hay que recordar que la función de nuestra mente es soñar. Soñamos veinticuatro horas al día. Soñamos cuando estamos despiertos y también cuando dormimos. Soñamos con la mente, no con el cerebro. Sin embargo, el cerebro sabe que la mente está soñando.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 261-262.

- **Cuerpo y mente.**
- **Mundo material y etéreo.**

Nuestros cuerpos forman parte de la dimensión material que podemos tocar. Nuestras mentes existen en la dimensión etérea del pensamiento y los sentimientos. Del mismo modo en que todas nuestras emociones juntas forman una mente individual, todas las mentes juntas forman la mente del planeta Tierra, y también ésta está soñando.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 262.

- **Sufrimiento generalizado.**
- **Base del veneno de las emociones.**

En todas partes la gente sufre, lucha y en sus interacciones, todo el mundo propaga veneno. Es un veneno etéreo, no físico, pero que afecta a nuestros cuerpos. El veneno que llamamos cólera, odio, tristeza, envidia, timidez, procede de la misma cosa que controla el sueño del planeta: el temor. El temor es el gran demonio, el gran diablo del sueño del planeta. Nuestras interacciones con los demás se fundamentan en él; entre seres humanos, entre sociedades, entre naciones.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 262.

- **Resistencia a lo nuevo.**
- **Víctima y Juez.**

El nuevo sueño ya ha dado comienzo y está creciendo, pero el viejo sueño quiere aferrarse a la culpa, a la cólera, al Juez y a la Víctima. El patrón humano del crecimiento espiritual es como una guerra interior en la que nos enfrentamos a nosotros mismos. Somos nuestro juez más severo.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 271.

- **Conocimiento como límite.**
- **Sólo describe el sueño.**

...conocimiento es una limitación, una barrera para la libertad. El conocimiento es sólo una descripción del sueño. Todo lo que sabemos es describir lo que soñamos. Y lo que soñamos no es real. Así que el conocimiento tampoco lo es. Sin embargo, el conocimiento parece valioso porque lo usamos para comunicar e intercambiar nuestras ideas y nuestras emociones. El problema es que, si ponemos todo el conocimiento que hemos acumulado en nuestro computador personal y basamos en él nuestras acciones, nos impide trascender, pues intenta convencer a nuestra razón de que la trascendencia no es posible.

Carrol Nelson, Mary. Más Allá Del Temor. Ediciones B.S.A., 2002. España. Pág. 276.