
CST Mastery newsletter de abril 2024



CST Mastery

Um recurso de Aprendizagem online para terapeutas de CST e
SER do Upledger



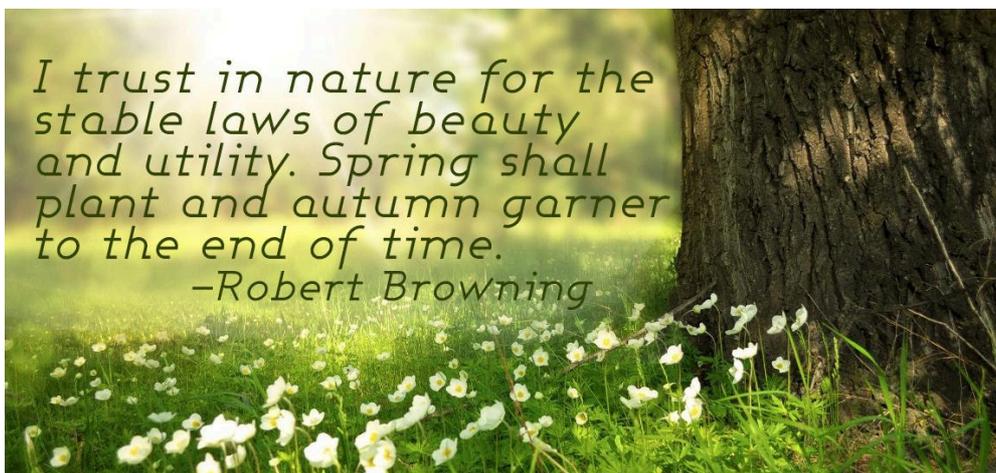
Self-Trust is the First Secret of Success.
Ralph Waldo Emerson

"A autoconfiança é o primeiro segredo do sucesso."

Ralph Waldo Emerson

Para a minha belíssima e confiante comunidade,

Com a chegada de cada Primavera, confiamos que o equinócio acontecerá. Com a chegada de cada Primavera, confiamos que as flores chegam e florescem.



*I trust in nature for the
stable laws of beauty
and utility. Spring shall
plant and autumn garner
to the end of time.*
-Robert Browning

"Confio na natureza pelas suas leis estáveis de beleza e de função. A primavera plantará e o outono colherá até o fim dos tempos."

Robert Browning

Como terapeutas, dizemos facilmente: "Confie no processo". Dizemos prontamente: "Confie na experiência das suas mãos". Também dizemos com confiança: "Confie no seu corpo, ele sabe o que precisa e irá mostrá-lo".



“Confie no processo, aprecie a jornada”

De modo que, tenho ponderado sobre o que é essa confiança? Porque é que algumas pessoas têm isso e outras passam a vida inteira a procurarem por isso? É a confiança uma fundação nas nossas vidas? Perguntei a muitas pessoas a questão, o que é a confiança? Queria estar aberta a ideias que fossem maiores do que a minha própria percepção. A seguir deixo os meus pensamentos e os pensamentos de muitos amigos queridos, que generosamente dedicaram o seu tempo para compartilharem os seus entendimentos sobre confiança. Espero que encontrem significado na minha compreensão.

Existem muitas camadas na confiança, bem como graus de confiança em cada camada. A primeira camada começa no mundo material, o mundo físico. Vamos chamá-la de terceira dimensão, o mundo das partículas. Quando ocorrem certos eventos que se prevêem acontecer e eles acontecem, isso trás uma consistência na qual acreditar, aceitando-os como verdadeiros. A essência da ciência é provar factos e oferecer dados confirmados nos quais se acredita e, portanto, que se confia. As nossas vidas dependem desses factos, desde a gravidade até à digestão, etc.



Do ponto de vista do nosso mundo emocional, a confiança baseia-se na nossa experiência nos relacionamentos, muitas vezes estabelecidos desde o útero até à idade adulta. O 'We Space', conforme definido por Ken Wilber, é a essência da energia no relacionamento entre duas ou mais pessoas. Essa energia assume uma qualidade própria. Existe uma conexão tácita, até mesmo um acordo, entre um e o outro. Quando esta essência é de aceitação, compreensão e compaixão, ela constrói confiança. Olhem para a vossa infância e vejam onde ou como aprenderam sobre isso. Como terapeutas, aprendemos a criar um 'We Space' seguro com os nossos clientes. Quando trabalhamos em situações com múltiplas mãos, a equipa cria um "We Space" único. Isto é muito importante, pois oferecemos o nosso trabalho subtil de CST, além de facilitar o diálogo e a imagem terapêutica.

Usando os termos da física quântica da teoria onda versus partícula, como aprenderam a confiar nas ondas, no mundo além do físico? Confiar em algo maior do que vocês mesmos. Fazemos isso, consciente ou inconscientemente, para ter sucesso com a CST e SER. A minha outra pergunta para ponderarem é: precisam de confiar no mundo material para confiarem no mundo espiritual? Quão importante é obterem provas de que existe algo além de vocês mesmos?



"Confiar"

A profunda vulnerabilidade na camada da confiança física e emocional impulsionou-me a tornar-me um Detective Cósmico. (Um termo usado no livro *The Afterlife of Billy Fingers*, de Annie Kagan). Esse estado emocional forçou-me a perguntar qual é o oposto do medo. Inicialmente, eu diria coragem, mas não me parecia certo. Passei a aceitar e compreender que, para mim, o oposto do medo é a confiança.



"Desta situação, só o Bem sairá. Tudo o que preciso saber é-me revelado. Eu amo-me e aprovo-me."

-Louise Hay

Deixo-vos com muito para refletirem.

Gratidão a Alexandra Duarte por acreditar nesta reflexão e dedicar o seu tempo para a traduzir.

É uma honra para mim criar um 'We Space' com todos vocês.

Susan



Prima nos links abaixo para rever as newsletters anteriores

A Beleza de Viajarmos Juntos, dezembro 2023

Caminhando com os pensamentos, setembro 2023

Estou fascinada - tudo correu perfeitamente, junho 2023

Fundindo Sabedoria e Possibilidades, março 2023

De que maneira você encara 2023?, janeiro 2023

Social Media Resources

Website - Portugal

Website - Brasil

Facebook Brasil

Upledger Institute International Facebook (Inglês)

UpledgerAlumni - sponsored by Eric Moya (Inglês)

Visit CSTMastery.com

© 2024 CST Mastery. Todos os direitos reservados.

A reprodução e distribuição de texto ou vídeo sem permissão por escrito é proibida.

Mockingbird Design