

# TÉCNICA DE PROCESSAMENTO DE QUADRADOS

UNIFICAÇÃO DE OPOSTOS

Livro: Casamento do Espírito – Leslie Temple Thurston



As oscilações em nossa consciência, os altos e baixos em nossas vidas são mantidas em movimento pela nossa atração (desejo) e repulsão (medo) às diversas experiências.



Quando evitamos ou repelimos nossos medos, estamos nos envolvendo com a programação egóica, varrendo as coisas para debaixo do tapete e as empurrando para o inconsciente.



Damos voltas e voltas perseguindo inconscientemente desejos e afastando medos.

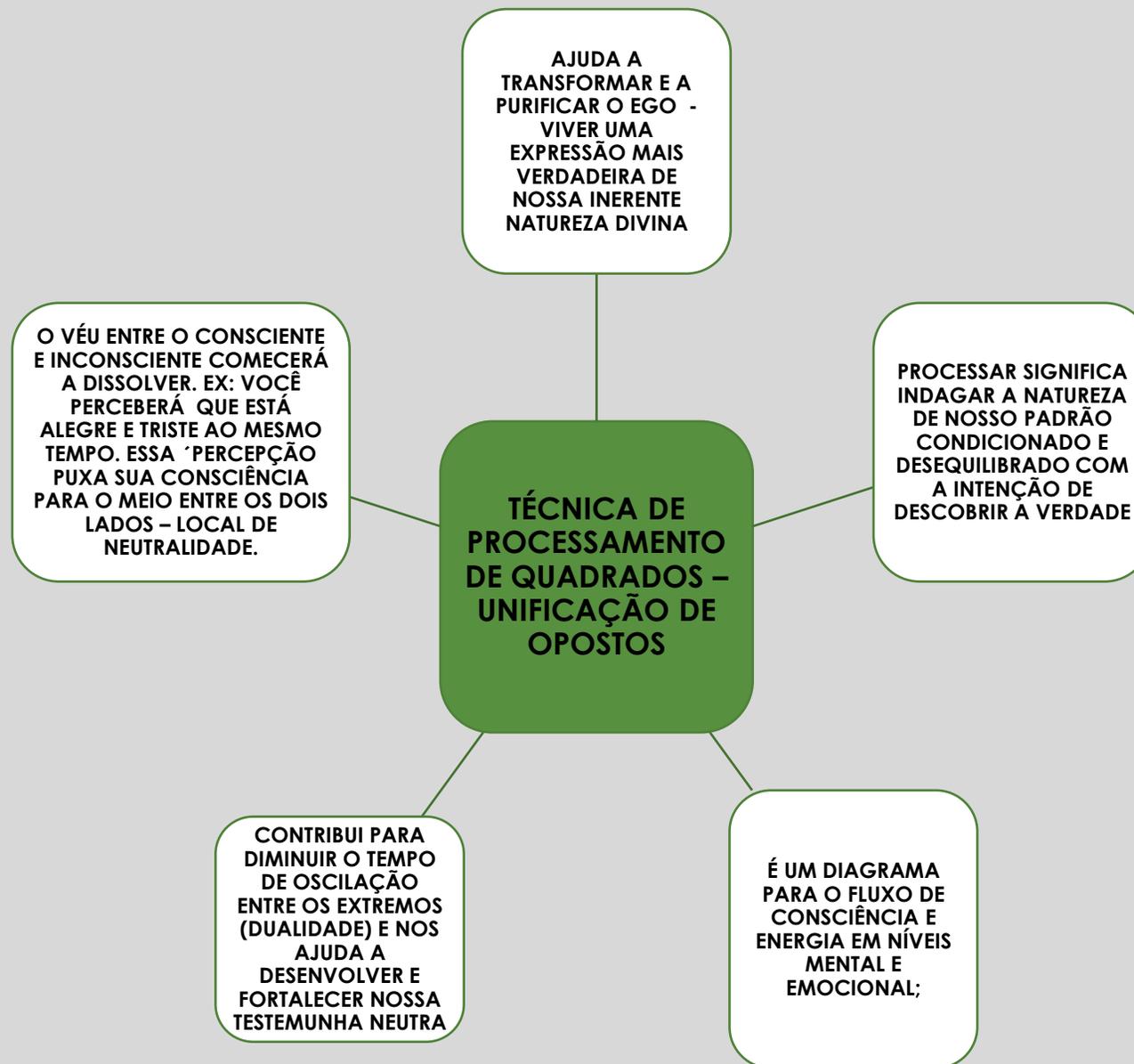


A Perseguição neste ciclo é feita para falhar. Nunca nos proporcionando aquilo que realmente queremos, que é **ligar-nos com o nosso núcleo interior de divindade.**

O quadrado é uma forma sem dinamismo. A energia de onda dinâmica de vida foi contida em uma caixa. Cada canto representa uma parte do ego que o empurra, ou puxa, para fora de seu centro. No cotidiano vivemos alguns desses cantos inconscientemente. Isso se traduz no sentimento de enquadramento e prisão na vida. Em geral culpamos o exterior. Exemplo:



Todos temos os 4 cantos do quadrado. É comum querer entrar em negação no que se refere a alguns cantos.

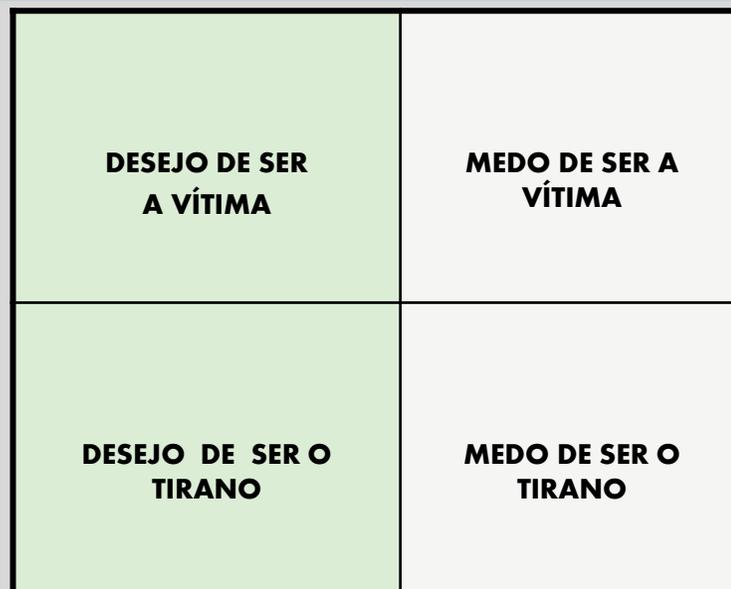


# PASSOS

**1º PASSO** - DIVIDA SUA PÁGINA EM 4 SESSÕES IGUAIS DESENHANDO UMA GRANDE CRUZ NO MEIO DA PÁGINA. ESCOLHA UMA POLARIDADE.

**2º PASSO** - ROTULE OS DOIS CANTOS NO LADO ESQUERDO DO QUADRADO COMO **DESEJO DE \_\_\_\_**. OS DOIS CANTOS NO LADO DIREITO DO QUADRADO SÃO DENOMINADOS **MEDO DE \_\_\_\_\_**. VOCÊ ENTÃO PREENCHE OS ESPAÇOS COM AS POLARIDADES. UMA DAS POLARIDADES VAI PARA OS CANTOS SUPERIORES, ENQUANTO QUE A OUTRA VAI PARA OS CANTOS INFERIORES.

**3º PASSO** – OLHAMOS PARA O QUADRADO E TENTAMOS RECONHECER QUAIS CANTOS NOS SÃO FAMILIARES. SE EXISTIREM UM OU DOIS CANTOS QUE NUNCA VIMOS ANTES, TENTAMOS SENTÍ-LOS. PERGUNTE-SE: COMO ME SINTO A RESPEITO DESSE CANTO? COMO ISSO ME PARECE OU PARECEU EM DETERMINADA ÉPOCA? POR QUE EU DESEJO OU SOU ATRAÍDO PARA \_\_\_\_\_? POR QUE TEMO OU SINTO REPULSÃO EM RELAÇÃO A \_\_\_\_\_? QUAL É A MINHA MOTIVAÇÃO PARA DESEJAR OU TEMER TAL COISA? MEDITE E PEÇA INTERIORMENTE PARA VER O QUE SURGE PARA VOCÊ.



# PASSOS

**4º PASSO** - ESCREVA/PARTILHE NO GRUPO PALAVRAS, FRASES CURTAS DO MODO COMO VEM VIVENCIANDO CADA CANTO. TRAGA AS MANEIRAS POSSÍVEIS ATRAVÉS DAS QUAIS VOCÊ RECONHECE AQUELE DESEJO OU MEDO. LEMBRE-SE QUE TODOS OS DESEJOS E MEDOS NÃO SÃO REAIS; ELES NÃO SÃO QUEM VOCÊ É. VOCÊ É PURA CONSCIÊNCIA, E ESSES ESTADOS APENAS PASSAM ATRAVÉS DE VOCÊ. Ex:

<p><b>DESEJO DE SER A VÍTIMA</b> OBTER NUTRIÇÃO E AMOR AUTOPIEDADE SER UM MÁRTIR NÃO PRECISAR SER RESPONSÁVEL RAIVA JUSTIFICADA AUTOINDULGÊNCIA ESTAR CERTO(A) SENTIR A NECESSIDADE DE SER PUNIDO(A) MANIPULAR OS OUTROS</p>	<p><b>MEDO DE SER A VÍTIMA</b> PERDER IMPOTENTE SER VULNERAVEL EXPLORADO TRAÍDO PASSIVO PERDER O RESPEITO DOS OUTROS É EMBARAÇOSO E HUMILHANTE VERGONHA FALTA DE CONTROLE SENTIR INFERIOR</p>
<p><b>DESEJO DE SER O TIRANO</b> É FORTE TER AS COISAS DO MEU MODO VENCER SER ADMIRADO(A) VINGANÇA DOMÍNIO PUNIR OS OUTROS TER PODER E CONTROLE SOBRE OS OUTROS NÃO TER DE ENCARAR ESTAR ERRADO</p>	<p><b>MEDO DE SER O TIRANO</b> MEDO DA DESAPROVAÇÃO MEDO DE NÃO SER ESPIRITUAL MACHUCAR OS OUTROS CRUELDADE NÃO SER AMADO(A) ISOLADO(A) MEDO DE SER ODIADO(A) SER DESPREZADO(A) PODE SER FATAL SER PUNIDO(A) CULPA</p>

# PASSOS

**5º PASSO** - OFEREÇA SEU QUADRADO COM UMA PRECE APÓS TER SENTIDO QUE Esvaziou. RENUNCIAMOS A AMBOS OS LADOS, O NEGATIVO E O POSITIVO. ISSO NOS PERMITE ASCENDER EM DIREÇÃO À CONSCIÊNCIA NÃO-POLARIZADA. DESCANSE E RELAXE APÓS SEU OFERECIMENTO, SABENDO QUE ESTÁ LIBERANDO TUDO QUE CAVOU. NÃO HÁ MAIS NADA A FAZER, UMA VEZ QUE TORNOU CONSCIENTES OS 4 LADOS DO QUADRADO.

**6º PASSO** -AGUARDE PELA GRAÇA. CONFIE QUE A GRAÇA VIRÁ E FARÁ AS MUDANÇAS POR VOCÊ, LHE TRAZENDO MAIS PARA A TOTALIDADE, PARA O EQUILÍBRIO E A CURA, MAIS PARA O CONHECIMENTO DE QUEM VOCÊ REALMENTE É. NESSA FASE, PODEREMOS TER INSIGHTS. É IMPORTANTE RECONHECER ISSO E AGRADECER.

