

Sobre el espacio

Cuanto más espacio le damos a la persona y a nosotros mismos, más sensibilidad y más capacidad de captar tenemos y el paciente se expresa con más libertad.

¿Como se puede definir el espacio?

El espacio es un elemento donde suceden todos los fenómenos. Este podría ser una de las definiciones que creo es la que más se aviene a nuestro trabajando.

Aunque el espacio es algo físico, es infinito. Y aunque es algo insustancial lo podemos captar con los sentidos. El sentido que es capaz de captar el espacio no es ninguno de los sentidos normalmente conocidos. En la filosofía espiritual en oriente ponen la mente como un sentido capaz de captar el espacio y los fenómenos que en este suceden. Los otros sentidos están para afinar la percepción de lo que sucede en este espacio.

Cuando hablamos de espacio en este curso, dar espacio a la persona para que se pueda expresar, nos referimos a este espacio capaz de ser captado por los sentidos.

Si nuestra atención está reducida a un espacio reducido a un punto concreto, el sentido de la mente de las otras personas también lo captan y el cuerpo, el organismo se puede sentir con poca capacidad para expresarse.

Y si nuestra atención se reduce a un punto, nos perderemos todo lo que sucede fuera de este punto.

Nuestra mente tiene la capacidad de atender un punto y ser consciente de lo que sucede a su alrededor.

Para sentir la amplitud del espacio lo podemos dar desde la consciencia de nuestro cuerpo en relación al entorno. Aunque el sentido del espacio lo tengamos en la mente, es nuestro cuerpo el que lo siente.

Tomando consciencia de nosotros mismo ocupando un espacio. Sentimos desde el espacio interno en nuestro cuerpo y ampliamos la percepción a nuestra piel a nuestro entorno y así vamos ampliando hasta poder sentir el máximo posible del espacio. Cuanto menos limitemos nuestra imaginación en relación a las sensaciones más lejos podremos llegar.

Una vez tenemos todo el espacio sentido, podemos observar cualquier fenómeno que suceda dentro de el.

Cuando estamos trabajando, le damos el espacio necesario al cliente para que este se pueda expresar con libertad y sea cómodo para nosotros.

¿Como sabemos que estamos dando el espacio necesario?

Lo sentimos en nuestro cuerpo. Cuando este está tenso y notamos nuestra atención con mucha tensión es signo que necesitamos dar espacio. Cuando el cuerpo está relajado y sentimos en nuestra mente una sensación de amplitud sin dispersión que nos permite poner la atención justa en las zonas requeridas y al mismo tiempo podemos captar que pasa en otras áreas.

Todo esto no es algo que se capte a la primera. Se necesita un tiempo para adiestrarnos a captar los fenómenos. Para ello hay que poner una intención de aspiración a ello. Y con paciencia e insistencia, poco a poco la percepción se amplía.