**Ver en la Oscuridad  
por Daniel Jacob**

¿Qué conforma una sombra? Físicamente, parecería ser alguna MASA SÓLIDA que se interpone entre una fuente de luz y alguna superficie sobre la que brilla esa misma luz. De ser así, entonces sería la DENSIDAD de esa masa sólida la que determina el nivel (o quizá el grado) de sombra que aparece allí.

La LUZ, que es atención consciente, se desplaza por nuestra realidad física buscando una persona, objeto o situación donde enfocarse. Si no se presenta nada, la escena aparece CLARA en la mente del observador, y él sigue buscando algo más.

A esta altura, esa frase “algo más” parece muy importante. En la mayoría de los entornos, tendemos a enfocarnos en lo que consideramos DIFERENTE o AJENO. En otras palabras, en lo que es “algo distinto” de lo que consideramos NORMAL. .

En esta época, bailar con la Sombra es un arte. El Observador o está buscando cosas que le encantan y le faltan (La Sombra Dorada), o está luchando contra esas cosas que niega en sí mismo y resistiéndose a ellas (Sombras Oscuras). Al mantener el Show de TV con el mismo nombre, esos bailes muchas veces son con VAMPIROS que nos drenan nuestras vidas y nuestra atención lejos de un mayor AUTOCONOCIMIENTO y una mayor realización. Es decir, nos drenan hasta que hacemos nuestro Trabajo con la Sombra. Hecho efectivamente, este procedimiento nos permite VER EN LA OSCURIDAD.

**TIPOS DE SOMBRAS**

¿Cuáles son los distintos tipos de Sombras?

1. SOMBRA DORADA, vista en varias densidades. COSAS QUE BUSCAMOS Y QUE CREEMOS QUE NO SOMOS.

A. Ideales

B. Mentores

C. Amantes

D. Héroes

E. Dioses y Diosas

F. Etc., etc.

2. SOMBRA OSCURA, vista en varias densidades. COSAS CONTRA LAS QUE LUCHAMOS, NOS RESISTIMOS Y CREEMOS QUE NO SOMOS

A. Personas que nos sacan de quicio

B. Personas a las que tememos

C. Enemigos

D. Competidores

E. Demonios y Diablos

F. Amantes

G. Etc.

Por supuesto, hay infinitas variantes. Y, como siempre, todo está en el ojo del observador. Y cuando menciono tipos de Sombras, estoy hablando de ideas o imágenes que, hasta cierto punto, ya llegaron a la atención consciente de la persona. En esta charla en particular, nos apartamos de la definición de “oscuro” como simplemente algo que no se ve. A los propósitos de esta charla, el término será utilizado para describir algo que NO ES RECONOCIDO o ACEPTADO. (Hmmm... otra polarización más para los términos oscuridad/luz, ¿no?)

### NIVELES DE SOMBRA

1. MATIZ; el “aroma del vino”, la más leve sugestión de la presencia que baila en la pared, justo fuera de la periferia de mi vista. Ese es el reino de lo innombrable, de los miedos sin rostro. También, de la fe en lo invisible (que hemos proyectado en algún Dios u otro Poder Superior).

2. ESENCIA: el vino mismo, mientras parece burbujear en el vaso. PARECE que está ahí, pero no lo experimenté excepto con la imaginación. Este nivel de PROYECCIÓN es donde generalmente entran la negación y la disociación. Sé que las cuestiones están ahí, e incluso SOSPECHO que puedo haberlos estado creando, pero elijo no prestarles atención. Una práctica común a esa altura se llama “Silbar en la Oscuridad.” Un lindo pasatiempo. Hogar de EGIPCIOS DE PENSAMIENTO POSITIVO que viven NEGANDO (\*) Norman Vincent Peale Ben Hotep. Ellos usan las palabras “Me está yendo bastante BIEN” un montón.

3. SUSTANCIA: La Sombra real, la verdadera cuestión que baila en la pared. Generalmente, la “pared” sería nuestra realidad física.

Esta Sombra es la parte de Peter Pan que estaba perdida. Al haber sido cauterizado por el dolor de ser abandonado por sus padres, él simplemente SE BORRÓ la percepción de ese nivel del ser de sus sentidos. En cierto sentido, los NIÑOS PERDIDOS eran simplemente fragmentos del alma de ese mismo, único NIÑO PERDIDO. La decisión de OLVIDAR (protegiéndose del dolor y la tristeza) lo mantuvo en la etapa de la Esencia, donde viven la mayoría de los Arquetipos y Leyendas (cerca de una ventana abierta) hasta que tomó la decisión de entrar y quedarse adentro al darle un BESO VERDADERO a la Nieta de Wendy (al menos, así es como lo describe la película “Hook”). Entonces, él SE VOLVIÓ REAL, tomó SUSTANCIA.

Se dice que los vampiros tienen forma (esencia), pero no sustancia. No dejan su reflejo en el espejo. En mí, el aspecto del vampiro NIEGA ver su reflejo en los espejos de situaciones o personas en particular. En lugar de procesarme e integrarme como ellos, simplemente quiero MANTENERME FUERA, justo fuera de la emoción de la escena en especial, y alimentarme de la energía y foco de atención. ¡En realidad, ME ENCANTA mi LeStat interno! Atesoro mi antiguo ARMAND.

Cuando llega el momento de que la Sombra tome sustancia, puede ser comprendida, aceptada e integrada. A esa altura, deja de ser Sombra y es recibida como parte del Sí Mismo fisico. O, si no lo es, puede ser negada y convertida en un ENEMIGO, o demonizada como MALIGNA. También, como en el caso de un Ideal Dorado, puede ser venerada y seguida como la Segunda Venida de Cristo. Todos los niveles de la Sombra, vistos de forma bastante similar a las variadas densidades de vapor, agua y hielo, constituyen magníficos bailes en los Mundos tanto del Espíritu como de la Forma. Uno no es mejor ni peor que el otro. Sencillamente, todos son distintos.

(\*) Juego de palabras: Egipcios de Pensamiento Positivo del Nilo. *DE-NILE* se pronuncia como *denial* (negación). (N de la T)

**DJ.**

[www.reconnections.net](http://www.reconnections.net/)[daniel@reconnections.net](mailto:daniel@reconnections.net)

<http://www.reconnections.net/seeingindark.htm>

Traducción: Susana Peralta

Sitio oficial de Daniel Jacob están en su sitio en español [www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm](http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm)