



ARCO IRIS

Escuela de Educación Holística

IMPARTE MARIA D. RODRIGUEZ

Educadora y Coach especializada en
Educación Consciente

www.atmaescuela.com

EL NIÑO –NIÑA INTERIOR



LOS TIPOS DE NIÑ@ INTERIOR

- Niveles de consciencia de nuestro niñ@ interior, que saldrán según sea la situación a la que nos enfrentemos en la vida:
- **1. El niño Sentimental:** Este niño está lleno de sentimientos y emociones, y nos permite saber cuándo necesitamos atender a algo urgente que nos concierne ahora, que puede ser alguna situación agradable o desagradable del pasado o del presente.
- **2. El niño pensante y racional:** Este niño está relacionado con nuestro ego, mente o ser, es lo que muchas personas piensan que son: su “identidad”, sin embargo, es solamente una parte de nosotros, comprende a nuestro yo codependiente, y muchas personas lo tienen superdesarrollado.
- **3. El niño tenaz y creciente:** Es el eslabón entre nuestro yo elevado y nuestro bajo yo. Es el niño más equilibrado que hay y vive el amor de forma consciente. Penetra en el dolor o disfruta del placer, cuando tiene que hacerlo de forma consciente y finalmente aprende las lecciones de la vida en cada momento y se queda finalmente con el amor y la paz, dejando el pasado atrás y afrontando el futuro con alegría y optimismo.

LOS TIPOS DE NIÑ@ INTERIOR

- 4. **El niño creativo:** Utilizado por los hombres como el “presentimiento” y por las mujeres la “intuición”, goza de un conocimiento natural e inherente. Las ideas, inspiraciones y chispas creativas surgen en nosotros regularmente a través de esta porción de nuestro niño a lo largo de nuestras vidas. Es bueno sacarlo y tenerlo presente a diario.
- 5. **El niño compasivo:** ¿Has estado alguna vez con alguien que, al escuchar su historia, te ha conmovido tanto que se te ha escapado una lágrima? Y sin embargo, aunque sabías que estaba sufriendo o que había sufrido y/o disfrutado, creíste que no le beneficiaría tratar de rescatarle o de hacerle cambiar? Cuando tenemos una experiencia así, estamos directamente en contacto con nuestro niño compasivo. Es inverso al niño apasionado, que puede querer tratar de sanar, rescatar o cambiar a la otra persona.
- 6. **El niño incondicionalmente amoroso:** Es el niño interior sanado, comprende la estimación por encima de conflictos, perdón, confianza, compromiso con el crecimiento de uno mismo y de la persona amada, empatía y aceptación incondicional y un ser puro y lleno de paz. Con reconocimiento, experiencia, tolerancia y utilizando prácticas espirituales, se abre gradualmente al amor que hay dentro de cada uno de nosotros. Descubre que el amor es lo que hay entre nosotros y nuestro poder superior, es lo que nos sana. Ya no hay que huir de el, puesto que sabemos que está dentro de nosotros como parte sustancial y sanadora de nuestro niño interior. No hay separación alguna

COMO RECHAZAMOS AL NIÑ@ INTERIOR

- a través de una conversación negativa con nosotros mismos
- defendiéndote cuando no necesitas hacerlo
- ¿Qué hace el/la Niñ@ Interior cuando usamos una conversación negativa con nosotros mismos? El o ella buscará invalidar, bloquear o eliminar la cosa que está causando el dolor y que crea la conversación negativa
- En segundo lugar, nosotros herimos a nuestro Niño Interior cuando innecesariamente nos defendemos a nosotros mismos al enfrentar un conflicto.
- Cada vez que nos defendemos innecesariamente estamos tratando de obtener la aprobación de la otra persona y por lo tanto perdemos nuestro poder. También enviamos el mensaje de que ellos están en lo cierto y nosotros equivocados, por lo cual es necesario defender nuestra posición

PASOS MAGICOS

- 1. Reestablezcamos la relación con nuestro Niñ@ Interior: Para la mayoría de las personas la relación con el Niño Interior, permanece intacta hasta que alcanzan la edad de ir a la escuela. Desde ese momento en adelante, les fue dicho que no fueran tan imaginativos y se reforzó el lado izquierdo del cerebro por sobre el lado derecho del cerebro. Las recompensas estaban basadas en las habilidades del lado izquierdo del cerebro más que en las habilidades del lado derecho.
- 2. Haz y mantén acuerdos con el Niñ@ Interior: Trabaja conjuntamente con tu niñ@ interior, haz acuerdos con el/ella y te dará la posibilidad de construir las bases de una nueva confianza y entendimiento con Niñ@ Interior. Ten en mente que para la mayoría de nosotros, esta relación ha sido fragmentada o es inexistente desde hace un tiempo, por lo tanto para reconstruirla debes ser paciente. Una vez que ha sido herido, el Niño Interior no confía fácilmente aunque quiera hacerlo.
- 3. Pasa por lo menos 5 minutos al día hablando con tu Niñ@ Interior: Esto es una de las cosas más poderosas que puedes hacer para construir la confianza y la seguridad. El Niñ@ Interior sabe que puede contar por lo menos con 5 minutos de tu atención cada día y encontrarás que él / ella estará más dispuesto a liberar los bloqueos cuando se lo pidas. Si, por otro lado, tu no pasas tiempo con tu Niñ@ Interior por largos períodos de tiempo, puedes estar seguro que usará todas las herramientas disponibles para evitar que eso continúe. El Niñ@ Interior quiere hablar contigo y tener tu atención, igual que tu propio hijo.

PASOS MAGICOS

- 4. Habla sobre tus deseos y aspiraciones con el Niñ@ Interior: Antes de tomar los pasos para que se manifiesten tus deseos y aspiraciones, habla con tu Niñ@ interior. Muchos bloqueos ocurren porque tu ser toma las decisiones sin comunicar estas decisiones con el/ella y tienes que recordar que parte del amor a uno mismo, es amar a tu Niño Interior. Si tomamos decisiones que lo afectan si consultarle, ¿qué amor es ese?, piénsalo, ten en mente que tu Niño Interior es el responsable de mantenerte a salvo.
- 5. Cuando aparezca un bloqueo, ve directo hacia tu Niñ@ Interior: Pregúntale porqué siente que necesita el bloqueo, Permítele expresar su respuesta a través de sensaciones físicas como dolor en el cuerpo o con escenas y memorias pasadas. El responderá siempre, el Niñ@ Interior tiene la memoria de cada vida que has vivido de la misma manera que el Alma o Ser Superior la tiene. Si él cree que estás haciendo un intento por moverte hacia algo que te ha creado dolor en el pasado o quizás la muerte, buscará bloquearte, el no quiere que te hieran de nuevo. El Niñ@ Interior no es tu enemigo, el/ella es tu protector/ra, así que trabaja con él/ella y no en su contra, recuerda que cuando lo hagas tu vida fluirá



ARCO IRIS

Escuela de Educación Holística

www.escuelaarcoiris.org