

# Compartilhamento Honesto Nível 4

## “Telepatia”

[www.traumaheilung.net](http://www.traumaheilung.net)

**Trata-se de uma variante muito avançada do Compartilhamento Honesto. Ela é adequada apenas para pessoas que já possuem muita experiência com a variante simples, por exemplo, em grupos locais, em relacionamentos e com a variante N3. Além disso, experiência em meditação é útil. O Compartilhamento Honesto N4 não contém mais nenhuma atividade consciente, mas consiste em pura consciência do intercâmbio de informações sutis entre duas ou mais pessoas, que acontecem por si só. Ele cria a base para a construção de redes telepáticas conscientes.**

A seguir, a descrição do setting e do processo:

**1.** Pratique inicialmente com apenas uma pessoa à sua frente, por exemplo, por 10 minutos: Sentem-se a uma distância de cerca de 2 metros um do outro, de forma que fiquem diretamente um de frente para o outro. Fechem os olhos e mantenham-nos fechados até o final do exercício. Agora, trata-se de manter o foco silencioso da atenção na outra pessoa e não fazer mais nada. Ou seja, de uma certa forma, “pensar” no outro, manter a imagem interna da pessoa à sua frente estável na mente, sem produzir ativamente outros pensamentos. Apenas “olhamos” internamente para o outro, nada além disso. *Manter o foco não significa fazer algo ativamente*. Diferentemente do N2 e dos grupos locais, onde se fala de forma alternada no tempo, aqui todos praticam simultaneamente.

*Agora, perceba o que acontece espontaneamente em seu interior: quais pensamentos surgem por si só, quais sentimentos e quais sensações corporais.* Deixe tudo acontecer, apenas perceba o que está presente em você, sem perder o foco interno na outra pessoa. Não há nenhum objetivo, nenhuma tarefa, nada a ser feito; apenas perceber o que acontece em nós com essa conexão interna. Durante o exercício, absolutamente nada é falado! Posteriormente, ao contrário do N2 e do N3, vocês podem conversar sobre isso para ganhar mais confiança em suas percepções.

**2.** Sentem-se em *três* pessoas, como no N3, e procedam agora como no ponto 1, com a diferença de que vocês mantêm simultaneamente ambos os parceiros no foco interno. Todo o restante como no ponto 1.

**3.** Sentem-se em mais de três pessoas, como em um grupo local com mais de três participantes. Procedam agora como no ponto 1, com a diferença de que vocês mantêm *simultaneamente todo o restante* do grupo no foco interno. Todo o restante como no ponto 1. Nesse processo, cresçam cada vez mais na percepção da consciência de grupo e libertem-se da ideia de serem um indivíduo separado e independente.

**4.** Realizem o setting dos pontos 1 a 3 sem estarem fisicamente juntos, de preferência regularmente no mesmo horário. Troca posterior, por exemplo, via internet.

**!!! Compartilhamento Honesto N4 NÃO é um SUBSTITUTO para N2 e N3 !!!**

*Gonal*