

Conferencia Pathwork N° 84

AMOR, PODER Y SERENIDAD COMO ATRIBUTOS DIVINOS Y COMO DISTORSIONES

Saludos, mis más queridos amigos. Dios bendiga a cada uno de ustedes. Bendito sea este momento.

Me gustaría hablar de tres atributos divinos fundamentales: amor, poder y serenidad, y de cómo se manifiestan en sus formas distorsionadas. En la persona sana estos tres principios funcionan mano a mano, en perfecta armonía, alternando de acuerdo con la situación específica. Se complementan y se fortalecen entre sí. Entre ellos se mantiene la flexibilidad de modo que ninguno de estos tres atributos puede jamás contradecir a otro o interferir con él.

Sin embargo, en la personalidad distorsionada se excluyen mutuamente. Uno contradice al otro de modo tal que crean conflicto. Esto sucede porque la persona elige inconscientemente uno de estos atributos para usarlo en la solución de los problemas de la vida.

Las actitudes de sumisión, agresividad y retraimiento son las distorsiones del amor, el poder y la serenidad. Ahora me gustaría hablar en detalle de cómo funcionan en la psiquis, cómo forman una supuesta solución y cómo la actitud dominante crea criterios dogmáticos y rígidos que son luego incorporados en la imagen idealizada de uno mismo.

Como niño, el ser humano encuentra decepción, impotencia y rechazo – tanto reales como imaginarios. Estos sentimientos crean inseguridad y falta de confianza en sí mismo que la persona trata de superar y, desafortunadamente, lo hace a menudo del modo equivocado. Para dominar las dificultades creadas – no sólo en la infancia sino también más tarde en la vida - como consecuencia de recurrir a soluciones falsas, la gente se involucra más y más en un círculo vicioso. Al no darse cuenta de que la “solución” misma que adoptan trae problemas y decepciones, tratan aún más arduamente de perseguir aquello que ven como solución. Cuanto menos éxito tienen, más dudan de sí mismos. Cuanto más dudan de sí mismos, más se desvían hacia la solución equivocada.

Una de estas pseudo soluciones es el amor. El sentimiento es: “si tan solo fuese amado, todo estaría bien”. En otras palabras, se supone que el amor solucione todos los problemas. No es necesario decir que esto no es así, especialmente cuando uno considera el modo en que se supone que este amor sea dado. En realidad, una persona perturbada que adopta tal solución, es casi incapaz de experimentar amor. Para recibir amor, tales personas desarrollan varias tendencias de personalidad y patrones de conducta y de reacción internos y externos que son típicos y que tienden a hacerlos más débiles y más impotentes de lo que son en realidad. Adoptando más y más características modestas para ganar amor y protección, que es lo único que parece prometer ponerlos a salvo de la aniquilación, cumplen con las demandas reales o imaginarias de los demás, humillándose y arrastrándose hasta el punto de vender sus almas para recibir aprobación, simpatía, ayuda y amor. Tales personas creen inconscientemente que hacerse valer y defender sus deseos y necesidades significa perder el único valor que hay en la vida: el de ser cuidados como a un niño, no necesariamente en cuestiones financieras sino emocionalmente. Entonces, de manera artificial, y en último análisis deshonesto, tales personas dicen tener una imperfección,

VERSION PRELIMINAR SUJETA A REVISION

una impotencia y una sumisión que no son genuinas. Usan estas debilidades falsas como un arma y un medio para finalmente ganar y dominar la vida.

Para evitar poner al descubierto esta falsedad, estas tendencias se incorporan a la imagen idealizada de uno mismo. De este modo las personas llegan a creer que todas estas tendencias son signos de su bondad, santidad y ausencia de egoísmo. Cuando “se sacrifican” para poseer finalmente un protector fuerte y amoroso, están orgullosos de su capacidad para sacrificarse desinteresadamente y de nunca reclamar ningún conocimiento, logro o fortaleza. De esta manera esperan forzar a otros a sentirse amorosos y protectores hacia ellos. Esta pseudo solución tiene muchos, muchos aspectos. Tienes que encontrarlos minuciosamente en el trabajo que estás haciendo. No es fácil detectarlos dado que estas actitudes están arraigadas profundamente y parecen haberse vuelto parte de tu naturaleza. Más aún, a menudo pueden explicarse racionalmente mediante necesidades aparentemente reales. Finalmente – pero no por eso menos importante – siempre están bloqueadas por las tendencias opuestas de otras pseudo soluciones que también están siempre presentes en el alma, aunque quizás no de manera tan predominante. Del mismo modo, aquellos cuyas pseudo soluciones sean diferentes, encontrarán en su psiquis aspectos de esta sumisión. La medida en que esta pseudo solución es predominante varía en cada individuo. Así también lo hace la medida en que es contrarrestada por las otras “soluciones”.

Para la persona que tiene la actitud predominantemente sumisa, de algún modo será más difícil descubrir el orgullo que prevalece en todas estas actitudes. En las personas de los otros tipos el orgullo está bastante en la superficie. Las personas que son de los otros tipos hasta podrán estar orgullosas de su orgullo; podrán estar orgullosas de su agresividad y su cinismo, pero una vez que lo hayan visto, no podrán encubrirlo más mediante el “amor”, el “desinterés”, o cualquier otra actitud “santa”. La persona de tipo sumiso tendrá que mirar estas tendencias con gran discernimiento para descubrir cómo las idealiza. Puede ser que descubra en sí mismo una reacción reservada de crítica y desprecio por todas las personas que se hacen valer, aún por la actitud de hacerse valer sanamente y no el tipo de actitud que surge de la distorsión del poder. Simultáneamente, la persona de tipo sumiso también podrá admirar y envidiar la despreciada agresión de los demás, a pesar de sentirse superior en el “desarrollo espiritual” o los “criterios éticos”, y podrá pensar con añoranza: “si yo pudiera ser así iría mucho más lejos en la vida”. Sin embargo, al hacerlo, tal persona enfatiza la “bondad” que le impide tener lo que la gente “menos buena” logra. El orgullo del sacrificio de sí mismo del mártir hace difícil descubrir lo que está por debajo de la superficie. Sólo la percepción interior muy veraz de la naturaleza real de estos motivos revelará el egoísmo y el egocentrismo fundamentales que prevalecen tanto en esta actitud como en las otras actitudes ligadas a las pseudo soluciones. El orgullo, la hipocresía y la simulación están presentes en todas ellas cuando están incorporadas en la imagen idealizada de uno mismo. Para la persona de tipo sumiso será más difícil encontrar el orgullo, mientras que para la de tipo agresivo será más difícil encontrar la simulación, ya que la segunda simula que hay una “honestidad” en ser despiadada, cínica y tratar de conseguir su propia ventaja.

La necesidad de un amor protector tiene una cierta validez para el niño, pero si se mantiene en la edad adulta, esta necesidad ya no es válida. En la búsqueda de ser amado – aparte del anhelo vehemente del placer supremo – está el elemento: “Debo ser amado para poder creer en mi propio valor. Entonces puede ser que esté dispuesto a amar a cambio.” En última instancia es un deseo egocéntrico y unilateral. Los efectos de toda esta actitud son graves.

La necesidad de un amor y una dependencia así de hecho te hace impotente. No cultivas en ti mismo la facultad de pararte sobre tus propios pies. Usas en cambio toda

tu fortaleza psíquica para vivir de acuerdo con los requerimientos de este ideal de ti mismo con el propósito de forzar a los demás a satisfacer tus necesidades. En otras palabras, cumples para que los demás cumplan contigo; te sometes para dominar, aunque tal dominación habrá de manifestarse siempre en una impotencia suave y débil.

No es de asombrarse que una persona que está sumida en esta actitud se desconecte del yo real. Tiene que negar el yo real ya que afirmarlo parece descarado y agresivo. Esto se debe evitar a cualquier costo. Pero la afrenta que tal negación de sí inflige en el individuo da por resultado el desprecio y desagrado de sí mismo. Dado que esto es doloroso, además de ser contradictorio con la imagen idealizada de sí que recomienda la modestia como virtud suprema, tiene que ser proyectado en otros. Tales emociones de desprecio y resentimiento contradicen a su vez los criterios del yo idealizado. En consecuencia, tienen que ocultarse. Este doble ocultar causa inversión y tiene repercusiones serias en la personalidad, manifestándose también en síntomas físicos de todo tipo.

El enojo, la furia, la vergüenza, la frustración, el desprecio y odio de sí mismo existen por dos razones. En primer lugar existen por negar el propio yo verdadero, por la afrenta de que se le impida a uno ser el que es verdaderamente. Uno cree entonces que el mundo le impide la autorrealización y que abusa y se aprovecha de la “bondad” propia. Esto es proyección. En segundo lugar, existen porque uno es incapaz de vivir de acuerdo con los dictados del propio yo idealizado particular, los cuales dicen que uno nunca debe estar resentido, despreciar, no gustar, echar la culpa, encontrar fallas en los demás, etcétera. Como resultado, uno no es tan “bueno” como debería ser.

Éste es en breve, el cuadro de una persona que ha elegido como solución rígida y unilateral el “amor”, con todas sus subdivisiones de compasión, entendimiento, perdón, unión, comunicación, hermandad y sacrificio. Ésta es una distorsión del atributo divino del amor. La imagen idealizada de sí de este tipo de persona tendrá distorsiones correspondientes como criterios de conducta: uno debe estar siempre en el fondo, nunca debe hacerse valer, siempre debe ceder, nunca debe encontrar fallas en los demás, debe amar a todos, nunca debe reconocer sus verdaderos valores y sus logros, etcétera. En la superficie esto se ve realmente como una imagen muy santa pero, mis amigos, no es sino una caricatura del verdadero amor, entendimiento, perdón o compasión. El veneno de los motivos subyacentes distorsiona y destruye aquello que podría ser realmente genuino.

En la segunda categoría está el buscador de poder. Esta persona piensa que el poder y la independencia de los demás solucionará todos los problemas. Este tipo de actitud, tal como el otro, puede presentar muchas variaciones y subdivisiones. Puede ser predominante o estar subordinada a una de las otras dos actitudes o a ambas. Aquí, el niño que está creciendo cree que el único modo en que puede estar a salvo es volviéndose tan fuerte e invulnerable, tan independiente y carente de emociones que nada ni nadie pueda tocarlo. El próximo paso es desconectarse de todas las emociones humanas. Sin embargo, cuando éstas pasan a primer plano, el niño se siente profundamente avergonzado y considera cualquier emoción como debilidad, ya sea una debilidad real o imaginaria. El amor y la bondad también son considerados como debilidad e hipocresía, no sólo en sus formas distorsionadas como en la persona de tipo sumiso, sino también en su forma real y sana. La calidez, el afecto, la comunicación y el desinterés: todo esto es despreciable y toda vez que sospecha que tiene un impulso de esta clase, la persona de tipo agresivo se siente tan profundamente avergonzada como la de tipo sumiso se siente avergonzada del resentimiento y la actitud de hacerse valer que arden subterráneamente.

El impulso por lograr poder y la agresividad pueden manifestarse de muchos modos y en muchas áreas. Podrán estar dirigidos principalmente a los logros, a competir y tratar de ser mejor que todos los demás. Cualquier competencia se sentirá como un daño a la posición especial elevada que uno necesita para lograr este tipo de solución privada. O podrá ser una actitud más general y menos definida hacia la gente en su conjunto. Al cultivar artificialmente una dureza que no es más real que la suavidad impotente de la persona sumisa, el tipo de persona que busca poder es igualmente deshonesto e hipócrita porque tal persona también necesita del calor y el afecto humano, y sin ellos sufre aislamiento. Al no admitir el sufrimiento, este tipo de persona es tan deshonesto como los otros dos tipos. Esta imagen idealizada de sí en particular dicta criterios de independencia y poder que son como de un dios. Al creer en la completa autosuficiencia, tal persona siente que no necesita a nadie, al contrario de los meros seres humanos que sí lo hacen. Tampoco reconoce que el amor, la amistad o la ayuda son importantes. En esta imagen el orgullo es muy obvio pero la deshonestidad no será tan fácil de detectar porque tal tipo de persona se oculta bajo la racionalización de cuán hipócrita es el tipo de persona “buenita”.

Dado que esta imagen idealizada de sí mismo demanda tanto poder y tanta independencia de los sentimientos y las emociones humanas como ningún ser humano puede tener, se prueba constantemente que la persona no puede vivir de acuerdo con lo que requiere este yo ideal. Tal “fracaso” arroja a la persona en ataques de depresión y desprecio de sí misma lo cual, nuevamente, tiene que ser proyectado en otros para permanecer inconsciente del dolor de tal autocastigo. La falta de habilidad para vivir de acuerdo con lo que requiere la imagen idealizada de sí siempre tiene este efecto. Cuando uno analiza de cerca las demandas de cualquier imagen idealizada de sí mismo, encuentra que siempre contiene omnipotencia. Sin embargo, estas reacciones emocionales son tan sutiles y esquivas, y están tan encubiertas por las racionalizaciones, que lograr una conciencia de todo esto requiere una mirada muy meticulosa y enfocada. Sólo el trabajo que estás haciendo puede sacar a la luz el modo en que cualquiera de estas actitudes existe en ti. Por supuesto que son mucho más fáciles de encontrar cuando un tipo de pseudo solución es muy dominante en la personalidad. Sin embargo, en la mayoría de los casos las actitudes están más ocultas y están en conflicto entre sí.

Un síntoma más de la persona de tipo agresivo que piensa que el poder es la solución, es el punto de vista cultivado artificialmente de: “cuán malos son realmente el mundo y la gente”. Una persona que busca pruebas de este punto de vista negativo recibe abundante confirmación y se enorgullece de ser “objetivo” y de no ser crédulo en absoluto. Esto, entonces, servirá como una excusa para no gustar de nadie. En este caso la imagen idealizada dicta que uno no debe amar. Amar o mostrar a veces la verdadera naturaleza propia es una crasa violación de su imagen idealizada de sí mismo y provoca profunda vergüenza. Inversamente, la persona de tipo sumiso está orgullosa de amar a todos y de considerar que todos los otros seres humanos son buenos. Esta perspectiva es necesaria para mantener la actitud sumisa. En realidad, a este tipo de persona no le importa realmente si los demás son buenos o malos en tanto lo amen, lo aprecien, lo aprueben y lo protejan. Toda evaluación de los demás depende de eso. Dado que todos poseen tanto virtudes como fallas, se podrán seleccionar unas u otras dependiendo de cómo se relaciona la otra persona con el sumiso.

Los buscadores de poder nunca deben fallar en nada. Al contrario de las personas de tipo sumiso que glorifican el fracaso porque éste prueba su impotencia y fuerza a los demás a darles amor y protección, los buscadores de poder se enorgullecen de nunca fallar en nada. En ciertas combinaciones de las pseudo soluciones, el fracaso podrá estar permitido porque en algún área específica la actitud prevaleciente podrá ser la sumisión. De manera similar, la persona de tipo sumiso podrá en ciertos casos recurrir a

la solución del poder. Ambas “soluciones” son igualmente rígidas, no realistas e irrealizables. Cada una de ellas es una fuente constante de dolor y de desilusión con respecto al yo, y por lo tanto, origina una falta de respeto por uno mismo cada vez más grande.

Indiqué antes que en una persona siempre existe una mezcla de las tres “soluciones” aunque una pueda ser la predominante. En consecuencia, la persona no puede cumplir plenamente ni siquiera con lo que dicta la solución elegida. Aun si fuese posible no fallar nunca o amar a todos o ser enteramente independiente de los demás, esto se vuelve más y más imposible cuando los dictados de la imagen idealizada de sí de una persona demandan simultáneamente que uno ame y sea amado por todos, y que los conquiste. Para tal meta uno necesita ser agresivo, y a menudo, despiadado. Por lo tanto, una imagen idealizada de sí podrá demandar simultáneamente de una persona que por un lado sea siempre desinteresada para lograr amor, y por el otro, sea siempre egoísta para lograr poder. Además, uno también tiene que ser completamente indiferente a todas las emociones humanas y estar apartado de ellas para no ser perturbado. ¿Puedes imaginarte el conflicto que es esto en el alma? ¡Cuán desgarrada habrá de estar el alma! Cualquier cosa que haga, está equivocada y causa culpa, vergüenza, un sentimiento de deficiencia y por lo tanto, frustración y desprecio por sí mismo.

Consideremos ahora el tercer atributo divino, la serenidad, cuando se la elige como solución y de esta manera se la distorsiona. Originalmente una persona puede haber estado tan desgarrada entre los primeros dos aspectos que tuvo que encontrar una salida recurriendo a un retraimiento de los problemas interiores y en consecuencia, de la vida como tal. Por debajo del retraimiento, o falsa serenidad, esa alma está aún desgarrada por la mitad pero ya no se da cuenta de ello. Se ha construido una fachada tan fuerte de falsa serenidad que, en tanto las circunstancias de la vida lo permitan, esta persona estará convencida de haber alcanzado la verdadera serenidad. Pero deja que la toquen las tormentas de la vida, deja que finalmente salgan a la superficie los efectos del violento conflicto subyacente, y esto mostrará cuán falsa era esta serenidad. Se confirmará que ciertamente el edificio estaba construido sobre arena.

El retraído y el buscador de poder parecen tener algo en común: la distancia de sus emociones, la falta de apego a los demás y un fuerte impulso de independencia. Por muy similares que puedan ser las motivaciones emocionales subyacentes – miedo a ser herido y a decepcionarse, miedo a ser dependiente de otros y por lo tanto, sentirse inseguro – los dictados de la imagen idealizada de sí de estos dos tipos de persona son muy diferentes. Mientras que el buscador de poder se vanagloria de la hostilidad y de un espíritu agresivamente peleador, la persona de tipo retraído es enteramente inconsciente de tales sentimientos y toda vez que pasan a primer plano se ve conmocionada por ellos porque violan los dictados de la solución del retraimiento. Estos dictados son: “Debes mirar a todos los seres humanos de manera benigna y desapegada, conociendo sus debilidades y sus buenas cualidades, pero sin que ninguna de éstas te moleste o te afecte.” Esto, si fuese verdad, por cierto que sería serenidad. Pero ningún ser humano es jamás tan completamente sereno. En consecuencia, tales dictados no son realistas y son irrealizables. Ellos también incluyen orgullo e hipocresía: orgullo porque este desapego parece como de un dios en su justicia y objetividad. En realidad, el punto de vista propio podrá estar tan afectado por lo que el otro piensa como sucede en la persona de tipo sumiso. Pero siendo demasiado orgulloso para admitir que alguien elevado pueda ser tocado por las debilidades humanas, tal persona trata de elevarse por encima de todo eso. Esto no es posible. Dado que este tipo de persona es tan dependiente de los demás como los otros dos tipos, la deshonestidad es exactamente la misma. Y dado que el desapego no es verdadero y nunca puede ser verdadero si se lo usa como una pseudo solución, tal persona tampoco habrá de alcanzar los criterios y los dictados de esta imagen

idealizada de sí en particular. Esto hará que se desprecie tanto a sí misma, se sienta tan culpable y frustrada como lo hacen los otros dos tipos de persona cuando no alcanzan sus respectivos criterios.

He esbozado estos tres tipos principales de actitud muy brevemente, de un modo muy general. No es necesario decir que existen muchas variaciones. La tiranía de la imagen idealizada de uno mismo se manifestará de acuerdo con la fortaleza, la intensidad y la distribución de estas "soluciones". Tienes que encontrar todo esto en tu trabajo individual. No te olvides que tales actitudes nacidas del yo idealizado casi nunca se pueden aplicar a toda la persona. La actitud distorsionada podrá estar presente en mayor grado en ciertas áreas de tu vida y en menor grado en otras; y en otras facetas de la vida no aparecer en absoluto. La parte más importante de este trabajo es sentir estas emociones, experimentarlas de verdad. Es imposible que te libres de la imagen idealizada de ti mismo que prohíbe la vida si meramente observas lo que hay en ti de un modo desapegado con tu intelecto. Tienes que volverte agudamente consciente de todas estas tendencias que a menudo son contradictorias, y eso será doloroso.

El dolor que siempre estuvo en ti pero oculto y del cual te "protegeste" descargándolo en los demás, en la vida y en el destino, se volverá una experiencia consciente que es absolutamente necesaria. A primera vista parecerá ser una recaída. Creerás que estás aún peor que antes de empezar este trabajo. Pero no es así. Es tu progreso mismo el que hace posible que todas estas emociones que hasta aquí estaban ocultas se vuelvan conscientes de modo que puedas usarlas realmente para el análisis. De no ser así no podrías disolver la superestructura de tu tirano, tu imagen idealizada de ti mismo, con todo el daño innecesario que te hace. Estás tan condicionado por las reacciones emocionales a las que te has acostumbrado, estás tan involucrado en ellas, que no puedes ver lo que está justo frente a tus ojos. Pasas por alto las reacciones emocionales sin importancia aparente a ciertas situaciones simplemente porque se han vuelto parte de ti, mientras que buscas reconocimientos nuevos y ocultos. Pero son estas reacciones emocionales mismas las que proveerán la clave una vez que enfoques en ellas tu atención. Esto sería imposible si no estuvieses perturbado. Por lo tanto, la perturbación debe salir a la luz y ése es el momento en que puedes reconciliarte con ella.

Entonces, mis amigos, empiecen a ver sus emociones con esta perspectiva. Haciendo esto encontrarás cuán imposibles son las demandas que te hace tu imagen idealizada de ti mismo. Verás que es tu imagen idealizada de ti mismo la que te demanda todo eso, y no Dios ni la vida ni otras personas. También empezarás a ver que a causa de estas demandas del yo necesitas que otras personas te ayuden a hacer frente a estas demandas. Inconscientemente presionas a otros para que te den lo que son incapaces de darte. Entonces eres mucho más dependiente de lo necesario, a pesar de todo tu esfuerzo por alcanzar una independencia distorsionada ya sea del tipo agresivo o del retraído.

También tendrás que encontrar la causa y el efecto de estas condiciones. Verás tu vida y tus dificultades pasadas y presentes con una nueva perspectiva. Entenderás que has creado muchas de estas dificultades, si no todas, simplemente a causa de tu "solución".

No es suficiente con comprender intelectualmente que cuanto más involucrado estés en tus pseudo soluciones, menor parte de tu yo real podrá manifestarse. También es necesario que experimentes esto. Tal experiencia habrá de suceder si permites que tus emociones pasen a primer plano y trabajas con ellas. Entonces, y sólo entonces, empezarás a sentir el valor intrínseco de tu yo real. Sólo entonces se volverá posible abandonar el valor falso de tu yo idealizado. Es un proceso mutuo: al permitirte ver los

valores falsos, por doloroso que esto pueda ser, tus valores reales saldrán gradualmente a la superficie de modo que ya no necesitarás los falsos.

Dado que el yo idealizado te aliena de tu yo real, eres totalmente inconsciente de tus valores reales. A lo largo de tu vida te concentras inconscientemente en valores falsos: ya sea en valores que te faltan pero piensas que deberías tener mientras que simulas ante ti mismo y ante los demás que los tienes, o te concentras en valores que están allí potencialmente pero que aún no han sido desarrollados hasta el punto en que puedas llamarlos legítimamente tuyos. Dado que tu yo idealizado no admite que estos valores todavía necesiten desarrollarse, no los desarrollas, pero sin embargo dices que los tienes como si ya estuviesen completamente maduros. No ves los valores reales porque pones todos tus esfuerzos en concentrarte en estos valores falsos o inmaduros. Como no puedes verlos, te da miedo abandonar los valores falsos temiendo quedarte sin nada. Entonces, tus valores reales no cuentan. No sientes que existen, ya sea porque contradicen las demandas de tu yo idealizado o porque todo lo que llega naturalmente y sin esfuerzo no parece real. Estás tan condicionado a esforzarte por lograr lo imposible que no se te ocurre que no hay nada por lo cual esforzarse porque lo que es realmente valioso ya está allí. Pero como no utilizas estos valores, a menudo están inactivos. Esto es una verdadera lástima, mis amigos, porque después de todo, tal como indiqué en la conferencia previa, ustedes establecieron la imagen idealizada de sí mismos porque no creían en su valor real. Dado que construyen el yo idealizado y tratan de serlo, no pueden ver lo que realmente vale la pena aceptar y apreciar en sí mismos.

Al principio es doloroso desenrollar este proceso por entero porque tienes que experimentar agudamente las emociones de ansiedad, frustración, culpa, vergüenza y demás. Pero al proseguir con coraje, lograrás tener una perspectiva muy diferente de todo. Finalmente - pero no por eso menos importante, por cierto - empezarás a verte por primera vez tal como eres realmente. Verás tus limitaciones. Al principio será un impacto tener que aceptar estas limitaciones que están tan lejos del yo idealizado. Pero al aprender a hacerlo, empezarás a sentir valores que hay en ti de los que nunca has sido verdaderamente consciente. Entonces un sentimiento de fortaleza y confianza en ti mismo te hará verte y ver la vida de un modo muy diferente. El proceso de crecer y llegar a ser el yo real tendrá lugar gradualmente. Esto fortalecerá tu verdadera independencia de modo tal que ser apreciado por los demás ya no será el indicador del valor que te das. El valor que te dan los demás asume una importancia tan grande sólo porque tú no te evalúas honestamente. Entonces el valor que te dan los demás se vuelve un sustituto. Al empezar a confiar en tu propio yo y a gustar de él, lo que las otras personas piensen de ti no te importará ni la mitad de lo que te importa ahora. Podrás descansar seguro dentro de ti mismo y ya no necesitarás construir valores falsos con orgullo y simulación. Ya no dependerás de un yo idealizado en el que realmente no se puede confiar y por lo tanto, te debilita. La libertad de despojarse de esta carga no puede describirse en palabras.

Pero éste es un proceso lento, mis amigos. No llega de la noche a la mañana. Llega a partir de la constante búsqueda de ti mismo y el análisis de tus problemas, tus actitudes y tus emociones. Al proseguir así, tu yo real con sus valores y capacidades reales evolucionará mediante un proceso de crecimiento interno y natural. Tu individualidad se volverá entonces más y más fuerte. Tu naturaleza intuitiva se manifestará sin inhibición con una espontaneidad natural y confiable. Es así como harás de tu vida lo mejor – no sin fallas, no estando libre de todo fracaso, no excluyendo la posibilidad de cometer errores. Pero tu actitud hacia tus fracasos y errores será muy diferente. Combinarás más y más las actitudes divinas de amor, poder y serenidad de un modo sano, como opuesto a un modo distorsionado.

El amor no será un medio para un fin. No será una necesidad que te salve de la aniquilación. Por lo tanto, dejará de ser egocéntrico. Tu propia capacidad de amar combinará poder y serenidad. O, para decirlo de otro modo, te comunicarás con amor y entendimiento, siendo al mismo tiempo verdaderamente independiente. No usarás el amor, el poder y la serenidad para proveerte el respeto por ti mismo que te falta. Entonces el amor genuino y no egocéntrico ya no interferirá con el poder sano, que no es el poder del orgullo y el desafío ni el poder de triunfar sobre los demás, sino que es el poder de tener dominio sobre ti mismo y sobre tus dificultades sin probarle nada a nadie. Cuando buscas el dominio distorsionando el atributo del poder, lo haces con el propósito de probar tu superioridad. Cuando logras dominio mediante el poder sano, lo haces con el propósito de crecer. No tener el dominio ocasionalmente no representará una amenaza como lo hacía mientras estabas en el estado de distorsión. No disminuirá tu valor a tus propios ojos. De este modo crecerás verdaderamente con cada experiencia de vida. Aprenderás, realizarás y lograrás poder real, no el de tipo falso. No habrá ambición, compulsión ni apuro distorsionados.

La serenidad en el modo sano no hará que te escondas de las emociones, la experiencia, la vida y tus propios conflictos; el amor y el poder en sus formas sanas te darán un desapego sano cuando te mires a ti mismo, de modo que te volverás verdaderamente más objetivo. La verdadera serenidad es no evitar la experiencia y las emociones que podrán ser dolorosas en el momento pero que pueden dar una clave importante cuando está allí el coraje para atravesarlas y encontrar lo que está por detrás de ellas.

El amor, el poder y la serenidad pueden ir mano a mano. De hecho, cuando cada uno de ellos es sano, se complementan entre sí. Pero si están distorsionados pueden causar la mayor de las guerras dentro de ti.

Ahora, mis amigos, ¿hay alguna pregunta?

PREGUNTA: Cuando un niño fuerza el amor mediante una rabieta y más tarde, como adulto, repite este patrón – no necesariamente en el exterior pero sí con rabietas internas – ¿vendría esto de la “solución” del poder?

RESPUESTA: No puedes identificar la causa con precisión tan fácilmente. Las generalizaciones pueden ser engañosas. Cada caso es diferente. En una instancia por cierto que puede ser así. El impulso de obtener poder se frustra porque el yo idealizado de la persona requiere que siempre logre hacer su voluntad. Pero también podrá existir en la persona de tipo sumiso que necesita el amor como solución de todos los problemas. Ésta está tan convencida de que el amor será la solución y es tan dependiente de esto que, cuando otros no obedecen esta demanda, la persona se siente ultrajada. La furia y el desprecio de sí misma son tan fuertes que tienen que ser exteriorizados y entonces son proyectados en la otra persona. Esto, a su vez, crea culpa porque ofende los edictos del yo idealizado de que uno no debería enojarse jamás con los demás.

También podrá haber aquí una combinación de la búsqueda de poder y de amor. Estas dos actitudes están constantemente en guerra entre sí. Por un lado, la necesidad de ser amado es muy fuerte. Pero por el otro lado, se encuentra la superioridad del tipo de persona que busca el poder que se siente particularmente humillado y expuesto por esta dependencia del amor y que se esfuerza por parecer invulnerable en la misma medida en que ansia vehementemente ser amado.

Entonces la rabieta podrá ser una combinación. Cada uno tiene que encontrar qué pseudo solución se aplica a su propia persona de manera separada e individual, no sólo

con respecto a las situaciones de la infancia cuando estas “soluciones” fueron instituidas inconscientemente, sino también en las situaciones difíciles y los problemas actuales de la vida. Debes descubrir cómo una tendencia podrá ser más predominante en una situación y otra tendencia serlo en circunstancias diferentes.

PREGUNTA: Nos has mostrado cómo se manifiesta la distorsión de estos atributos. También nos has mostrado cómo funcionan mano a mano estos atributos del modo sano. Pero además siento que no sólo pueden ir mano a mano del modo divino sino que realmente son subproductos uno del otro: el amor en forma de fortaleza y la fortaleza que viene a través del amor, y ambos produciendo juntos serenidad. Ahora mi pregunta es: ¿Hay una distorsión de esta unificación misma en la que uno cree que puede combinarlos pero lo hace de un modo distorsionado?

RESPUESTA: Nuevamente, existe una actitud muy contradictoria. La persona podrá creer que el amor y la fortaleza pueden combinarse, que ella es tanto amorosa como fuerte. Y esto sería verdad si estas cualidades fuesen sanas pero en la forma distorsionada no se pueden combinar. El análisis más detallado mostrará que son mutuamente excluyentes a causa de la distorsión. Cada persona tiene que encontrar en su trabajo exactamente porqué y cómo dos tendencias se oponen, viendo la causa y el efecto de cada una.

Al mismo tiempo, una persona podrá estar convencida inconscientemente de que estos atributos no pueden combinarse. Por lo tanto, cuando son sumisas, tales personas sienten odio de sí mismas porque piensan que deberían ser orgullosas, distantes e independientes no viendo que uno a veces puede ceder al mismo tiempo que hace valer una independencia sana.

PREGUNTA: Me pregunto, ¿un intento de unificación distorsionado podría enmascararse bajo la creencia de que uno es flexible y siempre juzga correctamente?

RESPUESTA: Sí, por cierto, lo hace a menudo.

PREGUNTA: ¿Podrías darnos alguna percepción interior de las razones para los actos compulsivos? En particular, ¿cuál es la base emocional general para el comprar y el comer compulsivamente? ¿Y cómo pueden combatirse estos dos actos en particular?

RESPUESTA: El único modo de combatirlos es haciendo este trabajo y encontrando las razones subyacentes. Debe haber una razón particular muy personal que es necesario encontrar. Si se intenta que la conducta compulsiva se vaya a la fuerza por medio de la disciplina, lo mejor que puedes esperar lograr es que se vaya a la fuerza el síntoma, mientras que a cambio se desarrollarán otros síntomas y producirán una ansiedad aún más grande.

La razón por la cual la gente tiene estas compulsiones, nuevamente, no se puede generalizar. Sólo podría decir que cualquier compulsión proviene de una conclusión inconsciente de que se debe tener, alcanzar o adquirir algo. Pero para el momento en que esto llega a la personalidad exterior, puede ser que la meta haya sido movida a un sustituto. Por ejemplo, la imagen idealizada de uno mismo podrá dictar vivir de acuerdo con los requerimientos de algo, o lograr algo, y la persona es incapaz de hacerlo. Entonces se buscan compulsivamente otras salidas. Uno está tan frustrado por su propia falta de habilidad para vivir de acuerdo con los requerimientos de lo que “debería” y “podría” lograr que debe encontrar un sustituto. Una compulsión de comprar cosas, cuando se la analiza en su significado simbólico, mostrará que representa una avidez por adquirir. Esto podrá venir de una distorsión del poder de tener y poseer. Podrá venir de una distorsión del amor: “Si no puedo tener amor, en lugar de esto quiero tener

cosas.” La compulsión a comer podrá tener raíces semejantes. Podrá ser un sustituto por la frustración de no ser capaz de recibir el placer que uno anhela. La falta de placer es un signo de que la persona ha hecho intentos equivocados de solucionar su vida. Cuando se analicen lo suficiente los efectos de estos intentos y actitudes distorsionadas, se encontrará que estos impidieron las cosas mismas que uno deseaba lograr. Una vez que se vea esto, el sustituto con su naturaleza apremiante disminuirá en la medida en que uno entienda la causa y el efecto interior.

Aun si la explicación general y los ejemplos que cito aquí se aplicasen a una persona, esto realmente no ayudaría. La persona tiene que encontrar la causa de la adicción experimentándola como reconocimiento propio, como si fuese enteramente nueva, diferente de la explicación dada. Entonces, y sólo entonces, será beneficioso.

PREGUNTA: ¿Cuál es la explicación psicológica de que una persona se vuelva adicta a las drogas?

RESPUESTA: Nuevamente, no puedo ir más allá de una explicación muy general. Cada caso podrá ser diferente. Todo lo que puedo decir aquí es que se vuelve tan difícil vérselas con la vida – no porque la vida sea de hecho tan difícil sino porque los problemas interiores desgarran a la persona – que la pérdida de contacto consigo misma aumenta de modo constante y, por lo tanto, la realidad se vuelve no sólo más fea sino también más remota. El dolor de la ilusión se vuelve insoportable. Todo esto produce escapes deliberados adicionales, tales como la adicción a las drogas, el alcoholismo o la psicosis, u otras medidas. A menudo las adicciones son motivadas también por el ansia muy fuerte de amor, placer y éxtasis. Entonces llega a existir un círculo vicioso más. Cuanto más se pierde contacto con el yo real, menos placer es posible, y por lo tanto, mayor es el anhelo de él. Entonces se busca en tales sustancias un atajo que es un sustituto.

PREGUNTA: Estamos rodeados de formas de pensamiento de diferente cualidad y fortaleza. ¿De qué manera interactúan con nuestros diferentes yoes?

RESPUESTA: Las formas de pensamiento y sentimiento negativas o distorsionadas que emanan de los demás afectarán en ti los niveles correspondientes que también alberguen distorsiones. Las formas de pensamiento y sentimiento que emanan del yo real afectarán el yo real de la otra persona. Bajo ninguna circunstancia eres una presa de las formas distorsionadas de los demás porque si verdaderamente buscas dentro de ti, tales efectos te ayudarán a sacar a la luz tus propias distorsiones para que puedas volverte consciente de ellas y aprendas a vértelas con ellas solucionando los problemas subyacentes.

Con respecto al efecto de tus propias formas de pensamiento y sentimiento en ti mismo, sería engañoso decir que ellas te causan dificultades. Son el producto de tus propios conflictos y de las falsas soluciones que buscas. Que estos conflictos y las soluciones erróneas produzcan formas correspondientes es un asunto accesorio. No debes pensar que son las formas de pensamiento las que interfieren. Ellas existen pero la interferencia real viene de la actitud errónea. Tus propias formas de pensamiento distorsionadas o las de otras personas sólo pueden sacar a la luz tus problemas subyacentes – y eso es bueno.

Bendigo a cada uno de ustedes. Que estas palabras nuevamente les den alimento, no sólo para pensar más sino para la percepción interior y el entendimiento. Que así logren dar un paso más hacia la luz y la libertad: la luz y la libertad que pueden ser tuyas si la tiranía y el orgullo de su imagen idealizada de sí mismos se debilitan por medio de este trabajo. Prosigan en este camino de felicidad. Ganen más y más fortaleza y permitan

que nuestras bendiciones y nuestro amor los ayuden y vigoricen. Sean benditos, mis queridos. Estén en paz. ¡Permanezcan en Dios!

Copyright © por la Pathwork Foundation