

Conferencia Pathwork N° 91

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

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

Si tienen un número suficiente de preguntas, sería bueno en este momento interrumpir la secuencia de conferencias. Han recibido una gran cantidad de material que es imposible que hayan absorbido intelectualmente - y emocionalmente ni siquiera en pequeña medida. En verdad, la absorción emocional a menudo llega mucho más tarde, así que sería imposible esperar que eso suceda. No es aconsejable atestarlos en este momento con una rápida sucesión de material difícil. Entonces, si tienen algunas preguntas, las responderé lo mejor que pueda.

PREGUNTA: Estoy confundido por moralizar internamente con respecto a ciertas supersticiones. Por un lado, sé que esas supersticiones son dañinas para mí, por el otro, ahora sé que tampoco es bueno moralizar.

RESPUESTA: En tu trabajo has descubierto porqué deseas aferrarte a estas supersticiones. No tengo que entrar en detalles. El hecho mismo de que hagas esta pregunta ahora es interesante desde el punto de vista de tu descubrimiento al respecto. Quieres oírme decir que moralizas para así poder seguir aferrándote a un mecanismo de defensa muy dañino e inútil.

COMENTARIO: Tú me conoces muy bien.

PREGUNTA: En una conferencia anterior acerca del crecimiento emocional y su función, se hizo una pregunta con respecto a cómo manejar las emociones muy salvajes en un momento en que uno no tiene a su disposición a ningún *helper*. Pero, ¿qué hace uno si las emociones están tan profundamente establecidas, tan hondamente enterradas y reprimidas por tan largo tiempo, que simplemente no salen en la medida en que uno quisiera?

RESPUESTA: Por cierto que ser capaz de darse cuenta de este hecho es muy importante e indica un progreso sustancial. Tal reconocimiento en sí mismo indica percepción interior. Frecuentemente, una persona no sabe que hay más emociones enterradas que exigen salir a pesar de la resistencia. Tu conciencia de esto significa por cierto percepción interior y progreso. En el momento en que existe esta percepción interior, el camino se abre, aun si por el momento eres incapaz de hacer algo al respecto. En primer lugar, deberías alegrarte acerca de este auto-reconocimiento, en vez de sentirte mal por no poder lograr lo que quieres instantáneamente. En vez de empujarte a un estado de mala conciencia, relájate en el conocimiento de que “Sé donde estoy parado, sé que algo dentro de mí todavía se resiste”, y luego procede a descubrir por qué te resistes.

¿Por qué tienes miedo de dejar salir tus emociones por completo? Generalmente encontrarás que una de las razones es el miedo a ser incapaz de controlarte, de manejar esas emociones, y que seas forzado a ceder a ellas. Otra razón para resistirse es que el espectro completo de las propias emociones reprimidas llega como un shock porque es muy contrario al yo idealizado. En el momento en que puedas darte cuenta de estos factores, reconocer que están en ti, podrás manejar la situación porque entonces sabrás que estas razones no son reales ni válidas. Has aprendido, por ejemplo, que puedes ser consciente de las emociones sin tener que actuarlas. También sabes que si existe falta de control, entonces por cierto que tienes menos control cuando están reprimidas y eres

VERSION PRELIMINAR SUJETA A REVISION

inconsciente de su existencia que con una clara conciencia y entendimiento de ellas. Con este conocimiento y esta intención no tienes nada que temer en esa dirección. Con respecto a tener miedo de descubrir que no eres tu imagen idealizada de ti mismo, también sabes cómo abordar esto: tienes que aprender a aceptarte sobre la base de tus valores reales, que sólo puedes encontrar una vez que das el paso valiente de abandonar los valores falsos del yo idealizado.

PREGUNTA: Siento las emociones y son como una piedra en lo profundo del estómago. Simplemente no las puedo dejar salir. Sé que están ahí pero es como una congestión.

RESPUESTA: Pienso que es maravilloso que tengas esta conciencia, que no reprimas esta percepción interior. Esto es de gran valor, es muy constructivo. No importa que lleve un poco más de tiempo y de trabajo. No tienes nada que temer. La única causa de preocupación es ser totalmente inconsciente de estas cosas.

PREGUNTA: Si la conciencia ética es la voz del yo superior que nos habla, ¿cómo distingues entre esa conciencia y, por ejemplo, los sentimientos de culpa?

RESPUESTA: En una conferencia pasada hablé de dos tipos de conciencia ética, pero con gusto te responderé nuevamente ya que fue hace mucho tiempo. Desde entonces has logrado más percepción interior y entendimiento, así que ahora, con algunos de los nuevos enfoques, podrás alcanzar una comprensión más profunda.

Como expliqué en aquel momento, hay dos tipos de conciencia ética: la conciencia del yo superior y una conciencia construida artificialmente, superpuesta, que deriva del yo idealizado. El moralizar del que hablé es parte de esta última conciencia. Toda vez que no logras vivir de acuerdo con los súper-estándares que te impones a ti mismo, esto podrá aparecer como la voz de la conciencia.

El único modo de distinguir entre ambas es por cómo te sientes con respecto a ellas. Hay una diferencia muy marcada entre cómo experimentas una y la otra. Cualquier cosa que pudiese decirte, cualquier regla que enunciase, sería muy engañosa. Pero puedo describir la experiencia emocional de cada una.

Si es la voz del yo superior, la conciencia ética real, entonces no habrá desesperanza destructiva, desesperación ni enojo con respecto a uno mismo, impaciencia. No habrá ningún sentimiento negativo. Habrá una percepción interior de la tendencia propia al egoísmo pueril o a la codicia o a lo que sea, pero sin sentirse deprimido por eso. Simultáneamente, habrá un simple deseo de actuar en un nivel más maduro, no porque uno deba ser perfecto, no por el miedo a no ser perfecto sino simplemente porque uno quiere. No hay ansiedad compulsiva acerca del asunto. Es una decisión clara, sin presión, que te hace sentir completamente bien, aun si significa abandonar una ventaja miope e infantil, aun si significa el reconocimiento de tendencias indeseables en el carácter propio.

Por otro lado, cuando hable la voz de la imagen idealizada de uno mismo, muchos de esos sentimientos negativos estarán presentes. Te sentirás culpable por la existencia de las tendencias negativas mientras que al mismo tiempo seguirás deseando hacer lo que quieres. Sentirás miedo y ansiedad al pensar que actúas de acuerdo con el niño que hay en ti. Este conflicto creará más ansiedad, más tensión e impaciencia, contigo y con los demás. Si entonces decides realizar la acción correcta, esto hará que te sientas resentido en vez de estar en paz contigo mismo. Al mismo tiempo, el mero hecho de tener defectos, de estar confundido con respecto a cuál es el curso de acción correcto y cuál el equivocado, de que quizás tomes la decisión equivocada incurriendo así en la crítica y la frustración, te hundirá en la desesperanza. Todo esto es prueba de que has oído la voz

de tu imagen idealizada de ti mismo. Sólo podrás saber con cuál de las dos conciencias estás tratando si haces una evaluación de tus reacciones emocionales.

Por supuesto que ambas pueden existir una al lado de la otra, simultáneamente. En este caso, no deberías detener la acción correcta por haber descubierto en tu autoevaluación que resulta que esas motivaciones negativas, el moralizar y el yo idealizado quieren lo mismo que el yo superior. Deberías continuar haciendo lo que es correcto mientras que trabajas en el aspecto negativo, hasta que puedas liberarte de él al entenderte. No te refrenes automáticamente de una acción constructiva por el mero hecho de haber descubierto una motivación negativa o un impulso destructivo que ha sido puesto al revés en un súper-estándar forzoso y compulsivo.

PREGUNTA: ¿Por qué me siento tan exhausto todo el tiempo? He visto médicos y ellos no encuentran ninguna razón física.

RESPUESTA: Esta condición se aplica a muchas personas. Una de las razones generales – y ciertamente en tu caso - es que muchas emociones están reprimidas. No sólo aplastas las emociones destructivas que no te atreves a enfrentar y a reconocer dentro de ti para así resolverlas, sino también los deseos y metas válidos y constructivos. No los tomas en cuenta por un miedo general a la desaprobación y porque no crees en la validez de tus metas. Sientes que simplemente porque lo deseas, no puede ser válido. La represión de estos dos conjuntos de emociones consume mucha energía. El perder energía de esta manera produce una negación de la vida. Hay un sentimiento de futilidad acerca de la vida y de desesperanza, un miedo a enfrentarse con las dificultades de la vida. Se podría decir que el cansancio viene de esto, pero sería una simplificación excesiva. La reacción en cadena va un poco más lejos. En otras palabras, a causa de la represión tanto de las emociones negativas como de las metas positivas, existe una futilidad, una falta de confianza en sí mismo y, por lo tanto, miedo a enfrentarse con las dificultades de la vida. El cansancio es un resultado de esto. Además, la futilidad es un resultado del cansancio, el cansancio es un resultado de la futilidad... y ambos son un resultado de la represión. ¿Entiendes?

PREGUNTA: Sí. ¿Cómo puedo superarlo?

RESPUESTA: Mi querido, hay una sola manera, y es una búsqueda extensiva: encontrarse a sí mismo, autorrealizarse, enfrentarse a sí mismo, seguida de la reconstrucción de ciertos rasgos de personalidad. Esto no es fácil, pero es el único modo. No hay una respuesta fácil y rápida.

PREGUNTA: Tengo una pregunta acerca de matar cualquier cosa que esté viva. Tengo una hija pequeña y, naturalmente, le he enseñado que es malo matar cualquier cosa. Sin embargo, ¿qué haces cuando hay alimañas en la casa?

RESPUESTA: Bueno, mis queridos amigos, he respondido antes preguntas como ésta y lo haré nuevamente. Esta idea de no matar nada, aun si es algo destructivo como las alimañas por ejemplo, sería un fanatismo extremo y un total malentendido de la verdad. Hay un tipo inferior de vida animal que es destructivo, y si todos ustedes se rigiesen por la regla rígida de que no se debe matar nada, se destruirían a sí mismos. No matarías tampoco a los gérmenes. Los gérmenes también son organismos vivos, sólo que más pequeños. No puedes verlos directamente con tus ojos, pero allí está la vida. Ahora, ¿dónde terminará todo esto? Si por seguir una regla así se mantiene vivo a un pequeño organismo destructivo, con el tiempo éste destruirá al organismo vivo más grande y más importante. Al permitirle vivir a un organismo a causa de esta regla de no matar, igual estarías matando, aunque no vieses el acto ya que sería un procedimiento muy largo. Aquí tienes un ejemplo típico de lo peligroso y falaz que es seguir reglas ciegamente. Al

hacerlo, terminas haciendo aquello mismo que la regla prohíbe. Esto se aplica a cualquier verdad. La verdad que se lleva demasiado lejos y sin pensarlo, necesariamente se convierte en una falsedad. La verdad nunca es una regla rígida que se pueda seguir hasta el fin. Es dinámica y flexible y por lo tanto, siempre requiere el justo medio que sólo puede lograrse pensando y evaluando con responsabilidad.

El dogma rígido se basa en reglas así. Se ha sacado la vida del espíritu viviente de la verdad y se la ha sustituido por la letra de la ley. Dado que la gente es demasiado haragana como para pensar y demasiado cobarde como para tomar sus propias decisiones basándose en sus evaluaciones, quiere adherirse a una regla muerta. Entonces se sienten bien por hacer lo correcto. La verdad no es así de cómoda. Hay que luchar constantemente por ella evaluando, pensando, decidiendo, sopesando. Requiere responsabilidad por uno mismo y coraje. Esto se aplica a todo, incluyendo el asunto por el que preguntaste.

Puedo prever otra pregunta: ¿En que nivel de vida animal debemos detenernos? ¿Cómo sabemos? Hay tantas consideraciones, tantos factores que ignoramos. ¿Cómo podemos decidir qué vida animal es predominantemente destructiva y cuál predominantemente constructiva? Esto también depende de las condiciones de una civilización en particular y de factores ambientales. Para esto no hay una respuesta fácil. Pero, nuevamente, el fanatismo y la rigidez no serán la respuesta. La respuesta es el desarrollo evolutivo. Todavía no ha llegado el momento en que la humanidad esté lista para dejar de matar especies animales superiores, pero no falta mucho, al menos desde nuestro punto de vista. Llegará el momento en que la humanidad ya no necesite comer carne. Sin embargo, antes de que llegue ese momento, tendrán que cambiar muchas otras cosas. El próximo paso será la estricta observación del principio de evitar la crueldad innecesaria. Este paso no se puede saltar por medio de la prohibición de comer carne.

Hasta que llegue ese momento, sólo podrás encontrar la respuesta a preguntas así dentro de ti. Investígate. ¿En qué tiendes a un fanatismo rígido? ¿En qué tiendes a ser irresponsable? Cada asunto requiere tener una actitud diferente, hacer una nueva evaluación y examinarlo detenidamente.

PREGUNTA: ¿Podrías explicar la diferencia entre los falsos estados eufóricos de dicha y la dicha genuina? Esta pregunta ha sido respondida por muchas autoridades pero, ¿podríamos oír lo que tienes que decir al respecto?

RESPUESTA: La primera y más importante medida para establecer la respuesta a esta pregunta es preguntarse cuál fue el motivo para desear tal estado de dicha. Por supuesto que la primera respuesta será siempre: "porque quería comunicarme con Dios, lo quería para desarrollarme". Pero, ¿te desarrollas realmente por experimentar ese estado? Si es producido artificialmente, no. El único modo de distinguir entre la dicha genuina y la pseudo dicha es la respuesta honesta a si allí ha tenido un rol un escape de las dificultades de la vida, si hay un deseo de placer supremo que no puede alcanzarse a través de medios sanos porque en el alma existe demasiado miedo e inhibición. La respuesta verdadera se puede hallar siempre, y solamente, si uno va hasta las raíces de sí mismo y encuentra estos factores.

Si tienes una preocupación particular por este tema, esto en sí mismo debería despertar una sospecha. El alma predominantemente sana no tiene un deseo particular de esos estados eufóricos de dicha. Tu deseo será en cambio obtener todos los placeres que esta vida contiene, haciendo que tu alma sea tan sana como sea posible. De ese modo encontrarás a Dios. No necesitarás ni querrás pasar por alto una experiencia de vida plena con el pretexto aparentemente válido de que tu meta es la comunión con Dios. Si lo

quieres es que tienes miedo a enfrentarte a la vida en su totalidad, y por lo tanto, quieres evitarlo.

Los verdaderos estados espirituales de dicha vienen sin que uno los desee y de manera inesperada. Llegan como una consecuencia cuando la vida ha sido vivida verdaderamente y no evitada. Son muy poco comunes, por cierto. No representan un atajo. No son el resultado de evitar la vida y desear al mismo tiempo el desarrollo y el progreso. Muchos desean exactamente este imposible. Tratan de lograrlo forzándose a alcanzar estados de dicha que no pueden ser genuinos.

La persona que anda por el camino pedregoso y angosto de enfrentarse verdaderamente consigo misma, por muy largo tiempo no tendrá ninguna experiencia de este tipo. Y ni siquiera ansiará tenerla. Si no hay un anhelo por este tipo de experiencias, esto puede indicar un sano estado interior. La ausencia de este anhelo significa una aceptación de la vida y una sana habilidad para enfrentarse con ella o al menos una confianza en que esa habilidad para enfrentarse a la vida con todos sus aspectos favorables y desfavorables puede lograrse, y se tiene la intención de hacerlo, adquiriendo así la capacidad para experimentar la felicidad, el amor y el placer. Los súper estados de euforia generalmente evitan todo eso. Como dije, si son genuinos vienen sólo después de haber enfrentado la vida con todas sus facetas.

Sin embargo, mis amigos, también es posible que tal estado sea una combinación de escape y de un adelanto real de una experiencia espiritual genuina. Una combinación de tendencias interiores mezcladas podrá haber llevado a esta mezcla. Si algo del elemento genuino está presente, te alejará de buscar esa experiencia por el deseo inconsciente de encontrar un atajo. Estarás en cambio más determinado que nunca a abandonar toda la resistencia interna a enfrentarte al máximo a ti mismo. Reconocerás que tu deseo de comunión con Dios existía ya que querías evitar una comunión contigo mismo. Si al menos una partícula de una experiencia así ha sido real, el coraje y la humildad para enfrentarte a ti mismo con todas tus limitaciones habrán aumentado.

Repito: en la medida en que una experiencia así haya sido genuina, en esa medida el camino subsiguiente te alejará de esos estados eufóricos. ¿Responde esto tu pregunta?

PREGUNTA: Sí. Pero, por ejemplo, en la oración o la meditación uno llega a tener a veces tal paz y felicidad interior que está en el límite con la dicha.

RESPUESTA: La paz, la calma y la felicidad no pueden de ninguna manera ser llamadas estados eufóricos de dicha. Nuevamente, como en la pregunta con respecto a los dos tipos de conciencia ética, deberías examinar lo que sientes acerca de esa paz. Evalúa ese sentimiento. En otras palabras, ¿es esa paz un resultado de una pasividad malsana? ¿Contiene elementos de abandonar la acción interna o externa? ¿Significa que ahora sientes que no tienes que hacer nada más para vivir bien la vida? Tal pasividad malsana es un indicador de distorsión tanto como la hiperactividad malsana, la prisa, el apremio y la compulsión. La verdad combina actividad y pasividad de un modo relajado. Este conocimiento y la intención de vivir la vida activamente no implican inquietud interior. Cuando hay un sentimiento sano de paz, se junta fortaleza y eso da por resultado confianza en que superarás tus obstrucciones y vivirás la vida plenamente. Entonces la paz es genuina. Si, por el otro lado, la paz es un sentimiento momentáneo, placentero y relajado pero cuando se ha ido no queda ninguna fortaleza que se use constructivamente, entonces ésa era una paz falsa. La paz y fortaleza reales en general le siguen a auto-reconocimientos desagradables que uno ha aceptado plenamente.

PREGUNTA: ¿Mejorar de modo duradero no es también un indicador?

RESPUESTA: Sí. Lo que dije antes lleva a una mejora duradera, ésta sucederá indefectiblemente si una experiencia así fortalece la intención y la acción de encontrar las propias obstrucciones y finalmente resolverlas. Esperar una mejora duradera simplemente porque has tenido una experiencia así es un malentendido. La verdad es que la experiencia influye en la actitud y las acciones para lograr una mejora a través de los esfuerzos, el coraje y la humildad. Hay una diferencia sutil pero importante en esta perspectiva. Además, una experiencia así es casi siempre el resultado de haber realizado esfuerzos serios en la dirección correcta, y habrá de producir a su vez esfuerzos adicionales.

Además, no es fácil juzgar qué constituye una mejora. Como todos ustedes saben, el cambio real es un proceso tan gradual que pasa casi desapercibido y sólo lo descubres mucho más tarde. Rara vez se puede confiar en un cambio rápido en la personalidad. Por otro lado, si puedes empezar a aceptarte como eres, esto podrá significar una gran mejora, ya que ésta es la base sobre la cual trabajar. Esto podrá pasar desapercibido para cualquier otra persona. Las mejoras reales a menudo son sutiles.

PREGUNTA: Mi pregunta ya ha sido respondida en parte. Tiene que ver con mejorar en el camino. ¿Uno mejora automáticamente a través del auto-reconocimiento o tienen algún valor ciertas disciplinas que piden que uno tome resoluciones o se prometa a sí mismo no repetir ciertos patrones?

RESPUESTA: Prometerse no repetir ciertos patrones puede ser bastante riesgoso porque no podrás evitar esos patrones en tanto no encuentres su causa. Una vez que hayas encontrado su existencia todavía tendrás que entender que hay una necesidad interior, aunque falsa, de ellos. Para ti son una defensa necesaria. En tanto esos factores no sean entendidos detalladamente y no hayas reconocido que la defensa es destructiva e ineficaz, que en realidad te trae aquello mismo de lo que quieres defenderte, tales promesas a ti mismo serán inútiles. Si detuvieses el patrón sin el entendimiento necesario, experimentarías una ansiedad extrema. Esto a su vez, produciría otros patrones destructivos. O, si continuas en el patrón sin poder evitarlo a pesar de la promesa hecha, te sentirías enojado contigo mismo y desalentado. O si no, estarías en tal conflicto acerca del asunto que reprimirías la toma de conciencia de la repetición. Lo repites de un modo tan sutil, quizás ligeramente diferente, que ya no te das cuenta de ello y tienes que hacer todo el reconocimiento otra vez.

En consecuencia, las promesas de este tipo no son aconsejables. Sin embargo, es necesario algún tipo de disciplina. Por ejemplo, decirte con insistencia que debes enfrentarte honestamente contigo mismo, una y otra vez, o tomar la resolución de recordar que el cambio lleva tiempo y requiere mucha comprensión, o no disminuir los esfuerzos de auto-observación y evaluación de las propias acciones y reacciones. La disciplina también es necesaria para darse cuenta toda vez que los patrones se repitan con variaciones.

La respuesta a tu pregunta es una combinación de disciplina en el sentido que he indicado y de permitirse el despliegue de toda la naturaleza propia. Sólo esta combinación puede producir crecimiento, y el crecimiento no se puede apurar.

El paso necesario antes de poder deshacerse de un patrón destructivo es entender la defensa interior y la necesidad de ella. La consecuencia será una aceptación madura de los resultados de esta defensa destructiva hasta el momento en que la psiquis esté lista para prescindir de ella. Este es un prerrequisito. Sin él, la madurez es imposible. No se puede acortar esta etapa. Cuando estés verdaderamente listo para soltar el patrón, ya no necesitarás hacerte promesas. No desearás hacerlo ni sentirlo ni actuar de acuerdo a él. Lo dejarás atrás de manera completamente natural.

Ustedes ven, mis amigos, que muy a menudo tienen una actitud equivocada al abordar su desarrollo con apuro. Este apuro indica por un lado una fuerte imagen idealizada de uno mismo, o sea, "Debo ser perfecto ya". Esto sólo fortalece la no-aceptación de ti mismo tal como resulta que eres ahora. Por otro lado, el apuro también indica esto: "En tanto sea imperfecto tengo que experimentar situaciones imperfectas, falta de plenitud y frustración. Por lo tanto, debo volverme perfecto de prisa para así ser perfectamente feliz." Esto incluye la actitud infantil de la que hemos hablado frecuentemente, de no aceptar la vida tal como es en realidad. El niño quiere el cielo en la tierra. Es verdad que en esta etapa ya has evolucionado del estado de demandar felicidad de la vida y de los demás, resentirte cuando no se te da y negar toda responsabilidad por tus deseos. Ya te has dado cuenta de que eres el amo de tu destino. Pero todavía no aceptas que hay que tomar la vida como algo imperfecto. La habilidad de encontrar felicidad en ella aunque no sea perfecta, de aceptarte como una persona promedio, es el mayor signo de crecimiento y madurez.

Hace algún tiempo, en una sesión privada, le dije a uno de mis amigos, y lo repito aquí públicamente, que han oído hablar de muchos aspectos de lo que constituye madurez e inmadurez. Uno de los grandes hitos en el camino a la madurez es la habilidad para dejar de ser especial o grandioso, y aceptarte como alguien promedio que está viviendo una vida promedio. Si puedes encontrar felicidad en lo común y corriente y en ser común y corriente, entonces realmente has recorrido un largo camino. Si te aceptas y aceptas la vida de esa manera ya no tendrás que empujarte hacia la perfección. Ya no necesitarás el cielo en la tierra. Verás tu progreso con ecuanimidad. Ya no sentirás ninguna frustración o infelicidad como algo desastroso. Te darás tiempo para crecer. Huelga decir que si se elimina la compulsión a ser feliz y perfecto, serás mucho más feliz y perfecto que antes. De esa manera, abordarás tu progreso con el tipo correcto de disciplina: no intentando la acción perfecta sino abandonando la resistencia a enfrentar lo que generalmente está frente a tus ojos y es sin embargo lo más difícil de ver. Quizás estás muy determinado a encontrarte a ti mismo y esperas tener algunas percepciones interiores profundas e importantes de impacto devastador, mientras que las pequeñas cosas comunes y corrientes que revelan tanto acerca de tus problemas están justo frente a tus ojos y no las ves. Ver lo que está justo allí requiere tener disciplina y querer verlo.

PREGUNTA: ¿No es la oración un tipo de disciplina para mantenerse en una cierta dirección elegida?

RESPUESTA: Sí. La oración es un buen modo de no abandonar los esfuerzos en la dirección correcta.

PREGUNTA: ¿Cómo hace una persona para restablecer una experiencia emocional acerca de Dios? No me refiero al Dios de la religión sino al Dios que es. Sé que los motivos son importantes. Puedo querer adorar a Dios... probablemente ese motivo no exista en mí. O quizás lo quiero por la idea de conseguir algo... eso está en mí. O quizás lo quiera por una comprensión intelectual. Pienso que podría haber una necesidad de un padre. Esos son mis motivos. Tengo algunas ideas con respecto a dónde puedo lograr este sentido de Dios. Lo intenté a través de mi trabajo, de los libros. Ahora, ¿qué hago, a dónde voy para desarrollar este sentimiento por Dios?

RESPUESTA: Con respecto a los motivos que citas, son verdad, pero de ningún modo son todos. El último que mencionaste es un factor mucho más fuerte de lo que te das cuenta y contiene muchos aspectos que todavía ignoras. Además, quizás no te guste escuchar que no sólo tienes motivos negativos, de los que parece estar muy orgulloso, sino que existe también un motivo muy sano, una necesidad espiritual real de la que haces caso omiso y ni siquiera deseas reconocer. Pero por el momento, los motivos son

de importancia secundaria. Está bien que puedas enumerar algunos de ellos pero en este momento no importa.

Lo primero es descubrir cómo llegas a tener esta experiencia interior, qué tienes que hacer, adónde tienes que ir. Hay un solo modo de hacerlo: alcanzar la individualidad. No puedes tener una experiencia de Dios genuina, y confiar y creer en Dios, si no confías y crees en ti mismo. En la medida en que lo hagas, no sólo confiarás en otras personas sino que también confiarás en Dios. Entonces mi consejo es que no busques a Dios en las iglesias o los templos. No lo busques a través del conocimiento, los libros o las enseñanzas. Búscalo en ti mismo y Dios se revelará. Dios está en ti. Confianza, fe, amor, verdad... todo eso existe en ti. Ningún conocimiento externo te brindará una experiencia genuina de Dios y, para el caso, ni siquiera lo aceptarías. Si lo hicieses, sería a partir de motivos malsanos, tal como lo opuesto. Aprende primero a confiar en ti mismo a pesar de las muchas razones por las que piensas que no puedes o no deberías hacerlo. Este camino en sí mismo te dará con el tiempo una confianza muy sana en ti. Y eso es todo lo que necesitas para encontrar a Dios.

Hay tantas personas que se aferran a Dios justamente porque no confían en sí mismas. Ese es el tipo equivocado de fe, el enfoque erróneo. Este tipo de fe está realmente construido sobre arena. Es religión falsa que lleva a la obediencia y el miedo. Es muy destructiva y refuerza la debilidad y no la fortaleza. Deberías evitar ese tipo de religión: no sólo se encuentra en grupos religiosos muy conocidos sino que también se puede encontrar en individuos que no adhieren a ninguna religión. Es un veneno sutil y generalizado.

PREGUNTA: He notado que cuando confieso mis defectos a otros, esto parece darles alivio y ayudarlos a enfrentarse a sí mismos. ¿Podrías comentar acerca de esto?

RESPUESTA: Sí, es muy verdadero. Y el porqué es muy obvio. En su soledad y separación, las personas creen en lo profundo de sus emociones que son las únicas que tienen todas esas debilidades y defectos, aunque mentalmente sepan que no es así. Se sienten excluidos, diferentes, separados, y entonces es un gran alivio que se les acerque un ser humano que tiene la fortaleza de enfrentar y enunciar debilidades, defectos o limitaciones similares. Eso les da coraje y les hace mucho más fácil enfrentar al yo, mientras que la creencia irracional e inconsciente de que eres el único lleva a una mayor represión.

Mis queridos amigos, sean benditos, cada uno de ustedes. Que estas respuestas los ayuden nuevamente a avanzar un paso en la dirección correcta. Que una pequeña semilla eche raíces en ustedes. Que los ayude a absorber todo el material que han recibido aunque parte de él sólo se convierta en una realidad mucho más adelante. Perseveren, mis amigos, y crecerán, convirtiéndose en seres humanos que pueden amarse, respetarse y gustarse mientras que todavía son humanos, comunes y corrientes, y así disfrutan la vida sin sentir que tienen que ser perfectos. Esto no los conducirá al extremo opuesto equivocado de la pereza, sin el deseo de cambiar y crecer. Quizás pronto sientan la diferencia en la motivación interior entre el impulso al desarrollo porque usan un látigo consigo mismo mientras que sienten que no se merecen la felicidad sino el castigo porque son imperfectos, y el impulso al desarrollo porque lo desean libremente.

Sean benditos todos ustedes y sus seres queridos. Estén en paz. ¡Estén en Dios!