

Conferencia Pathwork Nº 95

LA AUTOALIENACIÓN Y EL CAMINO DE VUELTA AL YO REAL

Saludos mis muy, muy queridos amigos. Dios bendiga a cada uno de ustedes. Bendita sea su valiente lucha por encontrarse a sí mismos.

En este momento - para ti el comienzo de un nuevo año, aunque para nosotros la fragmentación del ser que llamas tiempo no existe - me gustaría darte un entendimiento general de tu trabajo actual. Usaré un enfoque que está adaptado a tus nuevas percepciones interiores.

Entendamos primero la lucha humana como tal. El estado mismo de ser humano es un problema porque te encuentras en un estado intermedio. Has despertado de un estado más bajo, una forma vegetal o animal donde estabas en un estado de ser y en armonía pero sin conciencia. Hasta ahora no has alcanzado un estado de armonía con conciencia. Este estado intermedio es la lucha humana, una lucha no sólo para aquellos que están en cualquier tipo de camino para intentar encontrar el yo, sino para cada uno de los seres humanos, cualquiera sea su estado de desarrollo, su carácter o sus intentos. La única diferencia entre aquellos que trabajan activamente para encontrarse a sí mismos y aquellos que no lo hacen es que los primeros traen esta lucha misma a la conciencia, mientras que los últimos son inconscientes de ella. Tu pelea es para encontrar el estado de ser al mismo tiempo que eres consciente. Con conciencia puedes alcanzar una combinación correcta de actividad y pasividad, acción e inacción. A menudo te confundes acerca de esto.

La lucha humana intenta superar las obstrucciones que provienen de la inconsciencia. Inconsciencia significa irrealidad, falsedad. La falsedad produce sufrimiento. Esto podría expresarse también como la lucha entre el espíritu y la materia. La materia es un resultado de la inconsciencia, la irrealidad, la falsedad. La humanidad ha intentado ser el amo de la materia de muchos modos, pero en último análisis, siempre habrá de significar ser el amo de la falsedad - en ti, personalmente. Sólo cuando te vuelvas consciente de tu propia falsedad, no de la falsedad general, podrás superarla finalmente.

Sólo al descubrir tu propia irrealidad - las conclusiones erróneas, las pseudo soluciones, las evasiones - llegarás al centro de tu ser. Lentamente pero con seguridad empezará a actuar y reaccionar desde tu centro en vez de hacerlo desde las superposiciones erróneas y distorsionadas. Sólo cuando actúes y reacciones desde el centro de tu individualidad misma, llegarás al centro de los otros y los afectarás, sin que importe si ellos trabajan o no en un camino tal como éste. Esto sigue la ley de la afinidad - la atracción de las sustancias similares y la repulsión de las disímiles.

Una y otra vez buscas en vano tu yo real, el centro de tu ser. Estás confundido porque tomas a las superposiciones por tu yo real, y lo haces simplemente por haberte acostumbrado tanto a ellas. Podrás haber descubierto su destructividad y su artificialidad pero hasta ahora eres incapaz de deshacerte de ellas. Todavía no has logrado tener el sentido, la conciencia y la experiencia de tu yo real. Te preguntas: "¿Quién soy yo? ¿Dónde está mi yo real?"

Intento guiarte hacia el centro de tu naturaleza desde varios ángulos, a través de varios enfoques. Puedo ayudarte, pero tú tienes que hacer el trabajo de reconocer, de enfrentar, de cambiar. En suma, es tu lucha. Si quieres volverte feliz y llevar una vida

fructífera y rica, tienes que estar entero, no estar dividido. Y esto es posible sólo si eres tu yo real. Si deseas realizarte a ti mismo es lógico y razonable que la lucha y el esfuerzo tengan que ser tuyos.

El estado de autoalienación - el de no ser el propio yo real - es tan predominante que sus síntomas no son conspicuos. No los notas porque son tan generales que asumes que son "normales".

Consideremos nuevamente la autoalienación, qué significa, cómo se manifiesta y cómo puede ser reconocida. Un modo de localizar la autoalienación es determinando en qué áreas de la vida te sientes impotente, atrapado en situaciones que están fuera de tu control. Allí donde exista tal estado de impotencia, debe haber un problema subyacente, un conflicto no resuelto. Para llevar esto un paso más hacia adelante, debes ver tal conflicto no resuelto como el resultado de la autoalienación, o ver la autoalienación como el resultado de un problema no resuelto. De cualquier modo que quieras formularlo, la impotencia, la falta de poder y la parálisis de tus facultades son el resultado de la autoalienación. Esto está íntimamente conectado con problemas no resueltos que están basados en el error.

Es muy fácil interpretar mal estas palabras, particularmente para una persona que ha elegido la pseudo solución del poder. No ser impotente no significa que siempre ganes, que nunca sufras frustraciones y faltas de plenitud, que las cosas vayan siempre de acuerdo con planes ideales. Por el contrario, si adoptas la pseudo solución del poder, eres más dependiente de los demás y de la vida que la mayoría de la gente. ¡Tienes que ganar! Tu meta inmediata tiene que cumplirse. Si no se cumple, te sientes debilitado y humillado. Dado que tal cumplimiento de cada uno de los deseos, tal ganar constante no puede depender de ninguna manera de ti solo, eres dependiente. Inviertes tu propia fortaleza inherente en otros, presionándolos consciente o inconscientemente para que cumplan con tu deseo. Pones tu fortaleza, tu ingenio y tu razón fuera de ti y los diriges hacia otros en vez de usarlos por ti mismo. Esto es autoalienante. Te lleva a ser tan impotente como la persona francamente sumisa, obediente y débil.

Al decir que ser tu yo real te hará amo de tu vida, me refiero a algo distinto a una compulsión impulsada por el poder a ganar siempre y a no prescindir nunca de lo que sea que desees. Cuando tu yo real es el amo de tu vida, tus fuerzas funcionan constructiva y productivamente, debido a un mínimo de problemas interiores. No están paralizadas por malos manejos interiores. La riqueza de tu espíritu, de tu individualidad humana, se despliega con toda su fortaleza. Cuando te encuentras en una situación difícil, usas tu fortaleza para encontrar la solución interna y externa, ya que siempre hay una buena solución. Todo lo que tienes que hacer es verla.

Cuando tu experiencia del yo, de los demás y de la vida no esté distorsionada sino que esté de acuerdo con la realidad, expresarás todas las fuerzas benignas - razón, amor, entendimiento, percepción interior, fortaleza, ingenio, resistencia, flexibilidad, adaptabilidad, creatividad, capacidad de hacerse valer - de las que tu yo real está dotado. Te expresarás adecuadamente y te entenderán porque tu yo real será libre. Estarás en posición de discriminar - hacer elecciones y tomar decisiones - porque el miedo y la ansiedad se habrán ido. Al hacer una elección correcta y madura puedes distinguir entre aquello que es real, válido y constructivo y aquello que no lo es. Con tal claridad, encontrarás una salida de cualquier dificultad, y la dificultad misma se habrá vuelto un escalón.

Podrás alcanzar esta etapa sólo cuando la insatisfacción no te aniquile. ¿Por qué tiene ese efecto en ti? Porque tu experiencia del yo y de los demás es tan distorsionada que sientes cualquier frustración como un rechazo personal y como una prueba de tu

deficiencia. Puedes dejar de tener esta actitud sólo a través del pleno entendimiento de que tu valor y tu posibilidad de ser amado no dependen de la satisfacción o la insatisfacción. La insatisfacción puede ser el resultado de que tu fortaleza esté inhibida. Esa fortaleza es tu yo real, pero la inhibición no tiene nada que ver con tu ser real. Tu ser real está simplemente desactivado por tu percepción distorsionada de la realidad, de ciertos factores de tu vida.

La persona alejada de sí misma experimenta la frustración como algo mucho más doloroso que la insatisfacción del deseo o la meta misma. En otras palabras, el dolor de no tener lo que quieres es mucho menos que el factor adicional de que parece recibir pruebas de que no vales, eres deficiente y no puedes ser amado - de que no eres nada. Por supuesto que esto es inconsciente. De hecho, te empeñas para no darte cuenta de esta conclusión. Lo encubres con las tendencias, los pensamientos, los sentimientos y las actitudes exactamente opuestos. Sin embargo, hay una parte de ti en la que percibes las cosas precisamente de ese modo doloroso. Esto explica el dolor a menudo desproporcionado por un fracaso, un rechazo o la falta de éxito en un campo en particular. Podrás racionalizarlo echándole la culpa a una situación real verdaderamente severa. Sin embargo, por debajo conectarás la situación externa con tu valor. Sólo después de volverte consciente de este proceso y de tu razonamiento defectuoso podrás estar en una posición como para primero, percibir la realidad y encontrar así tu yo real con respecto a esto y segundo, no estar más alienado de tu yo real. Sólo entonces alterarás también la situación externa.

Al atravesar este proceso y lograr percepción interior de tu distorsionado sentido de la realidad, tu sentido de la realidad mismo mejorará automáticamente. El resultado de esto será inevitablemente que le atribuirás a las circunstancias externas menos poder que antes. Al volverte capaz de movilizar tu fortaleza inherente y otras facultades que conducen a una vida rica, te sentirás menos impotente. La inmovilización de estas facultades fue el resultado de tu alejamiento de ti mismo, el cual a su vez estuvo conectado con - y fue el resultado de - tu experiencia distorsionada de la vida y el yo, tu falta de habilidad para soltar y tu ilusión de ser aplastado, ser aniquilado y no valer nada si ciertos deseos no eran cumplidos de acuerdo con el plan, por así decirlo.

Tu miedo al fracaso no es tan agudo a causa del fracaso mismo sino porque implica que has fracasado porque eres inferior. Tu miedo a la responsabilidad es tan grande no a causa de la pereza sino porque el fracaso para cumplir con la responsabilidad implica tu inferioridad. El miedo a la frustración del placer es tan agudo no porque no puedas vivir sin él sino porque implica inferioridad. Una vez que veas y experimentes que esto es una distorsión, con el tiempo crecerás y lo dejarás atrás. Al hacerlo, aumentará tu habilidad para percibir y experimentar factores tales como el éxito, la responsabilidad y el placer en su realidad, y tendrás acceso a tu yo real. Ya no tendrás que vivir más con una cubierta de simulación que te aliena del centro de tu individualidad. Realizarás en ti aquello que hasta ahora ha sido sólo un potencial. Esto podrá suceder sólo cuando dejes de vivir en la periferia y vuelvas al centro de tu ser.

En tanto vivas en la periferia, pondrás tu poder fuera de ti mismo. Puede ser que le otorgues tales poderes a alguna autoridad, sea un individuo o una institución. Puede ser que simplemente proyectes tus propios poderes inherentes en la vida y el destino y en las "circunstancias inalterables". Entonces esperas impotente el favor del destino, y si no llega, le echas la culpa a la injusticia y la arbitrariedad del mundo en vez de a tu propio error. Estás mirando en la dirección equivocada. No se te ocurre mirar allí donde podrías encontrar muchas soluciones. Prefieres permanecer impotente, empujando tus propios poderes, fuerzas y facultades hacia la periferia. Entonces nunca eres capaz de resolver nada.

El alejamiento de ti mismo existe también bajo la forma de proyectar tus propias facultades y poderes en aspectos del yo. Ahora bien, podrás pensar que esto no puede ser porque si es el yo, no hay alejamiento del yo. Sin embargo, proyectar facultades, autoridad, dependencia y fortaleza en fragmentos aislados de tu personalidad en vez de hacerlo en toda ella, es alejamiento de ti mismo. Si esperas una vida buena y rica, si esperas que la solución de tus problemas y dificultades salga de uno solo o de solamente unos pocos de tus bienes en vez de hacerlo de una combinación armoniosa de la totalidad de ellos, te vuelves rígido en tal énfasis excesivo. De este modo descuidas otras facultades y estás entonces alienado del yo al dejar una parte integral de tu yo entero fuera de servicio.

Esto es aún más verdadero cuando usas tus varias pseudo soluciones. Si relees ahora las conferencias que tratan de ese tema y de la imagen idealizada de uno mismo, entenderás lo que esto significa en términos de autoalienación. Enfocas tu concentración en algo irreal y no razonable, algo ajeno al yo real cuya naturaleza es la realidad y la razón. Más aún, las pseudo soluciones y el yo idealizado son egoístas y carentes de amor en su naturaleza misma, y como tales, son ajenos al yo real, cuya naturaleza intrínseca es el amor. Las pseudo soluciones y la imagen idealizada de uno mismo son simulaciones. El yo real es intrínsecamente genuino.

La mayoría de ustedes, en el curso de este trabajo, se han dado cuenta de que en algunas situaciones no funcionan como lo hacen en otras áreas donde están libres de tales problemas. Estás inhibido. No puedes expresarte. No puedes comunicarte y relacionarte ya sea con otros o contigo mismo. Estás confundido y ansioso. Tus facultades están paralizadas. Esto no se debe a que realmente seas de ese modo y no lo puedas evitar, se debe a que en estas situaciones tu yo real no funciona. Estás alienado de tu yo real a causa de tu irrealidad, tu simulación y tu insistencia en permanecer en la periferia y buscar una “solución” desde allí.

Aquellos que no están alienados de sí mismos, experimentan la riqueza de su individualidad. Experimentan su propio poder. Confían en sí mismos porque pueden soltar la compulsión y la ansiedad y ser libres de ellas. Se relacionan consigo mismos, están en contacto con el centro de su ser y entonces pueden relacionarse con los demás. Todo esto sucede sin que se sobrestimen a sí mismos. No tienen que estar en la gloria y la perfección, y a causa de eso utilizan la riqueza infinita de su ser. Esto podría expresarse diciendo: “Soy fuerte. Mis posibilidades son múltiples, y si me vienen dificultades externas, puedo superarlas, enfrentándolas primero plenamente y luego por mi disposición a tratar con ellas de verdad, no superficialmente, no por las apariencias. No tengo que ser grandioso. No tengo que ser glorioso ni especial. Soy un simple ser humano, como muchos otros, pero como tal estoy dotado de grandes poderes que hasta ahora no he realizado. Estos poderes no pueden expresarse y desplegarse a causa de mi irrealidad, de mi visión distorsionada. Están en mí, pero sólo podrán manifestarse cuando mi percepción de la realidad se vuelva más verdadera.” Es así como se experimentarán las personas que no estén alienadas de sí mismas. Están equipadas para tratar con todas las situaciones que la vida traiga. También se experimentarán a sí mismas en una relación realista con el mundo en general y con otros individuos.

Las personas alienadas se experimentan a sí mismas como demasiado pequeñas o demasiado grandes, fluctuando entre estas dos distorsiones. Otras personas las harán sentir sin valor y dependientes, o inflarán su ego. Esto es tan sutil que no puedes darte cuenta de ello inmediatamente. Intelectualmente, piensas que sabes más, pero eres completamente inconsciente de que emocionalmente, experimentas el efecto que los otros tienen sobre ti de ese modo. Volverte consciente de lo que sucede en ti todo el tiempo requiere algo de autoevaluación y observación con respecto a esto.

Una vez que funciones a partir de tu yo real, no te experimentarás como menos o más que los demás. Podrás observar sus defectos, pero esto no tiene nada que ver con sentirte superior a ellos. Podrás observar en otros cualidades que a ti te faltan, pero esto no tiene nada que ver con sentirte inferior. Cuanto más te sientas sin valor y como nada en alguna grieta oculta de tu personalidad, más tenderás a inflar demasiado tu ego. Cuanto menos debilitado esté tu yo real, menos necesidad tendrás de inflarlo. Y tu relación con los demás depende de cómo los percibes y cómo te consideras a ti mismo en relación a ellos.

En la fluctuación de ser más o menos de lo que eres realmente, estás alienado de ti mismo. No te experimentas en tu situación real. ¿Cómo podrás entonces experimentar a los demás en su realidad? Experimentas ciertas facetas de ellos que podrás enfatizar demasiado en proporción a cómo esas facetas parecen disminuir o elevar tu propia personalidad. En otras palabras, alguien que parece poderoso, fuerte e invulnerable, y cuya aceptación podrás desear particularmente, toma para ti un aura de temor reverente que es desproporcionada con la realidad. Con una persona así estás tenso y ansioso y la percibes de un modo muy distorsionado.

Tu evaluación intelectual podrá ser bastante precisa pero tu experiencia emocional estará teñida por tus miedos y deseos en conexión con esta persona - aun si no tienes otro objetivo que el de usar al otro para elevarte a ti mismo, para sacarte de la inferioridad en la que estás sumido. En suma, cuando estás alienado de ti mismo, no experimentas a los demás tal como son realmente, te afectan de acuerdo con tus propios problemas. En esta condición es imposible que te comuniques, pero la comunicación es a menudo esencial para eliminar un problema exterior. De un modo burdo, podrás experimentar a los demás como enemigos potenciales o como esclavos - tal como tú mismo eres alternadamente uno o lo otro.

¿Cómo podrás disfrutar la vida y regocijarte en su riqueza si tu percepción está tan nublada? Sólo siendo tú mismo serás capaz de la felicidad. Esto lo puedes ver ahora fácilmente. Volverte consciente de estas condiciones, de esta perspectiva y esta experiencia limitadas - lo cual es requisito para cambiar tu habilidad de experimentarte y experimentar a los demás en la realidad - requiere mucha autoobservación de tu parte en un nuevo nivel de tus emociones. También se requiere una cierta cantidad de progreso en este camino antes de que puedas proseguir orgánicamente a esta etapa. La entrada a este reino sucede gradualmente, como una consecuencia del progreso previo. Sucede tan sutilmente que al principio, puede ser que ni siquiera te des cuenta de que has entrado realmente en una fase tal.

Pero permítanme asegurarles, mis amigos... En el momento en que te experimentas en tu irrealidad - una vez que ves realmente cómo no te relacionas contigo mismo y con los demás, cómo estás alienado de ti mismo en estos aspectos en particular - das un paso más grande hacia la realidad que si tratas de forzarte a ella antes de estar listo. Aquí, nuevamente, como siempre, primero tienes que experimentar la distorsión plenamente antes de puedas salir de ella. El hecho mismo de que seas consciente de tu irrealidad es un paso importante fuera de ella. No puedes ponerte en contacto con tu yo real antes de experimentar plenamente cómo hasta ahora no estás en contacto con él.

Para experimentar tu autoalienación, usa los varios indicadores de ella que te he dado. Toma cualquiera de tus problemas actuales y míralo desde el punto de vista de cómo te sientes verdaderamente una víctima, una víctima de las circunstancias. Luego observa cómo te sientes frustrado al expresar tus deseos y tus ideas a los demás. Percibe cuán inseguro y confundido estás acerca de los asuntos y qué es lo que quieres realmente. Considera dónde puedes cambiar las cosas y dónde no. ¿Has explorado realmente todas las posibilidades que están a tu disposición? ¿Estás enteramente abierto a

nuevas ideas, a nuevas soluciones? ¿Tu voluntad interna, es activa y capaz de recibir nueva inspiración para cambiar un viejo malestar causado por tu propio curso de acción, o insistes en que te den la solución? Tal dependencia mostrará no sólo tu autoalienación sino también tu voluntad de permanecer en ese estado. Más aún, observa tus reacciones emocionales hacia los demás y cómo te afectan. ¿Te empequeñecen o te agrandan? ¿Experimentas a las personas como seres complejos de muchas facetas, con sus propias vulnerabilidades y sus propias luchas, o son para ti - emocionalmente - sólo más o menos, mejores o peores, más o menos poderosos que tú?

Cuando te sientas insatisfecho con tu vida, pregúntate si no se debe a que sientes que no has realizado todos tus potenciales. Si la respuesta es sí, entonces estás alejado de ti mismo. De no ser así, nunca te sentirías insatisfecho con tu vida, sin que importasen las tormentas temporales. Tienes el poder de cambiar esto, paso a paso, a través del proceso del *pathwork*.

Las palabras “encontrarte a ti mismo” que usamos constantemente, tomarán ahora un nuevo significado para ti. En el verdadero sentido de las palabras, significa el encuentro del yo real. Tal encontrarte a ti mismo no puede ocurrir a menos que cambies algo en ti activamente. Básicamente, este camino puede dividirse en dos fases mayores. La primera fase es reconocer y volverte consciente de las raíces de tus problemas, tus errores y tu irrealidad - entenderlos en su completo alcance y profundidad, su importancia y sus causas, efectos, vínculos y conexiones. La segunda fase es el cambio. El cambio puede suceder de varios modos. Puede ser muy gradual y automático, de modo que ni siquiera te des cuenta cuándo ocurre. Sucede a través de la mera percepción interior y el entendimiento de tu irrealidad y tus distorsiones. Cuanto más completo es tu entendimiento, más cambias automáticamente. Tal cambio está basado en las leyes de la evolución y el crecimiento orgánico.

Pero hay también otro tipo de cambio que se aplica a ciertas facetas de los problemas de la personalidad. Este tipo requiere un modo nuevo y diferente de acción y de reacción, después de haber logrado una cantidad suficiente de percepción interior y entendimiento. Tal cambio es menos gradual. Consiste en un modo nuevo y muy decisivo de actuar, sea exterior o interiormente. Requiere tu determinación a no seguir más el viejo patrón de conducta. Requiere tu voluntad para instituir un nuevo patrón. Sin embargo, nunca deberías hacer esto en tanto no estés plenamente convencido de su valor para ti y para los demás, en tanto la decisión no sea completamente tuya sino que esté basada en una autoridad exterior. Pero una vez que has llegado a este punto de convicción, debes usar una cierta autodisciplina.

Esto también es sutil y puede conducir fácilmente a una mala interpretación. Si fuerzas la disciplina, sin decisión independiente y plena convicción, los motivos serán malsanos y no darán resultados constructivos. Los motivos podrán ser querer obedecer y apaciguar a los demás y podrán venir de tu imagen idealizada de ti mismo. El resultado será ansiedad y nuevos patrones destructivos.

Sin embargo, llegan un punto en que la autodisciplina y la determinación repetidas son necesarias porque de no ser así no puedes desarraigar viejos hábitos arraigados, a pesar de tu libre voluntad y tu entendimiento. Si estás listo para este cambio más drástico o no, sólo tú mismo puedes saberlo. En tanto tus emociones todavía duden de la validez y la ventaja del nuevo modo, no estarás listo. En tanto exista en ti gran ansiedad cuando trates de deshacerte del viejo modo, no estarás listo para dejarlo de manera forzada ni para un cambio drástico. En este caso, debes continuar sacando a la luz más errores ocultos. Preguntarte: “¿Por qué siento de este modo?” siempre dará resultados, si deseas plenamente encontrar la respuesta. En tanto la bondad del curso correcto te llene de ansiedad, es que todavía estás bajo la impresión, al menos con

respecto a esto, de que la bondad es desventajosa para ti. Por supuesto que en realidad esto no es así. Pero primero tienes que llegar al punto de aplicar a tu problema interior específico, el conocimiento exterior de que la bondad significa un vivir productivo.

El crecimiento y la felicidad reales no pueden existir a menos que tenga lugar un cambio en la personalidad. Puedo leer algunos de tus pensamientos. No digas que el cambio no existe. ¡Es tan equivocado! El universo y todo lo que hay en él, cambia constantemente, está constantemente en un estado de cambio. Ni siquiera tu cuerpo es el mismo que varios años atrás. Todo cambia, hasta en la materia física, aunque puede ser que no te des cuenta de ello. Cuando estás siempre junto a un ser viviente, en crecimiento, no ves el crecimiento ocurriendo. Sólo lo notas retrospectivamente. Pero la esencia misma de la vida es el cambio. Si no hay cambio, no hay vida. Si permaneces estático, estás en una situación difícil. Eres infeliz. No estás vivo. La lucha humana existe en gran medida porque una parte de ti crece orgánica y sanamente de acuerdo con las leyes de la naturaleza, mientras que otra parte permanece estática.

Preguntas a menudo porqué algunas personas que obviamente están aún en un estado bajo de desarrollo, viven en una cierta armonía, mientras que personas mucho más altamente desarrolladas están luchando, sin armonía e infelices. La razón, mis amigos es que los primeros se desarrollan a un ritmo constante, de acuerdo con sus potencialidades. Su vida es estable. No hay discrepancia. Personas más altamente desarrolladas a menudo no realizan su potencial, no despliegan sus posibilidades inherentes. Podrían hacer mucho más porque están más arriba en la escala. Sin embargo, enfatizan demasiado partes de su ser que ya están desarrolladas y que no necesitan desarrollo en ese punto, mientras que un área descuidada de su ser permanece estática. No hay cambio porque no es su voluntad que lo haya. Se concentran en lo que disfrutan porque ya es libre mientras que lo que requiere trabajo se encuentra yermo. Lo que causa la falta de armonía no es sólo la discrepancia como tal sino el hecho de que tienen la habilidad para realizar más. Podrían traer a la vida lo que se encuentra muerto y estático.

Este factor es una parte esencial de la lucha humana. Si encuentras que el crecimiento y el cambio son agradables a causa de desarrollo pasado que ya te ha liberado de cadenas en un área, estás en un constante estado de cambio. Al mismo tiempo, tu resistencia a cambiar y crecer allí donde todavía tiene que suceder el trabajo duro de enfrentar e iniciar cambios, hace que permanezcas congelado y rígido en otra parte de tu personalidad. Es más doloroso soportar este desequilibrio por estar ladeado que si la personalidad entera todavía estuviera dormida, por así decirlo. Una vez que has alcanzado ciertas etapas, es imposible que vuelvas atrás y te “duermas” a ti mismo artificialmente. Tienes que seguir el ritmo de la naturaleza y del cosmos. La única solución para alcanzar la armonía nuevamente es por medio de la conciencia más y más plena de la realidad, el crecimiento y el cambio en todos los niveles de tu ser.

Entonces, no digas que el cambio es imposible. Es lo único que es posible, podría decir. El cambio es el único proceso orgánico y natural de la creación, y por lo tanto está también adentro tuyo. Si trabajas correctamente en este camino, descongelas constantemente la sustancia de tu alma que hasta ahora estaba congelada. La pones en movimiento y entonces haces que sea capaz de crecer, de manera que con el tiempo ocurre un cambio real y perceptible.

Permíteme decir una cosa más acerca del yo real, un indicio más de cómo encontrarlo. Quiero mostrarles un cierto ritmo de desarrollo en una fase específica, el cual es apropiado para este momento porque muchos de ustedes, mis amigos, ya están en esta fase o están por abordarla.

Recientemente hablamos de tus necesidades. Para empezar, ni siquiera te das cuenta de ninguna necesidad particular. Por supuesto que en teoría sabes que todos tienen necesidades, físicas y de otro tipo, pero tú no sientes necesidades emocionales específicas. Esta falta de conciencia no se aplica sólo a una persona que recién empieza en un camino como éste. Aun después de haber progresado considerablemente de otros modos, puede ser que todavía no te des cuenta de lo que necesitas. Volverte consciente de tus necesidades aun superficialmente, requiere de tu parte una atención enfocada, considerable honestidad contigo mismo y mucho ahondar. Ahora bien, mis amigos, si tienen que sacar capas externas de conciencia para encontrar necesidades falsas antes de encontrar las reales, ¿no es ésta otra prueba sustancial de su autoalienación? Si estuvieses relacionado con tu yo real, si estuvieses en contacto con su realidad, tendrías absoluta conciencia de tus necesidades reales, estuviesen éstas satisfechas o no.

Al proceder de este modo te volverás consciente de tus necesidades reales. Las necesidades reales también pueden ser subdivididas. Primero te volverás consciente de la necesidad de recibir, sea amor, entendimiento, cercanía con los demás o plenitud creativa. Te esfuerzas por lograr todo esto a través de un acto de recibir. En tu conciencia emocional te parece que necesitas que alguien o algo te haga posible satisfacer estas necesidades por medio de algo, por sutil que sea, que te es dado. Todas las necesidades que acabo de citar pueden ser reales o falsas, tú lo sabes.

Y luego te volverás consciente de la necesidad de dar. Podrás necesitar dar aquello que necesitas recibir, pero el énfasis en tus emociones cambia. La necesidad de dar amor en vez de recibirlo entra más en tu conciencia. La necesidad de relacionarte con los demás y entenderlos en vez de ser entendido por ellos, se vuelve más clara. También con respecto a esto puede ser que no encuentres ninguna oportunidad. Dependes de encontrar el sujeto y en tanto no lo hagas, tus necesidades permanecen insatisfechas. La única diferencia entre ahora y antes es que ahora eres agudamente consciente de las necesidades y la insatisfacción, mientras que antes estabas confundido y no tenías claridad, experimentando la insatisfacción de un modo indirecto. La incómoda conciencia de la insatisfacción podrá, de hecho, tener raíces enteramente diferentes que la conciencia de la insatisfacción de las necesidades reales, ya que estas últimas nunca crearán ansiedad y urgencia. Sólo las necesidades reales que se han transformado en falsas tienen ese poder. Entonces, ser consciente de tus necesidades reales, mucho antes de que te sea posible satisfacerlas y mientras experimentas conscientemente la insatisfacción, habrá de traerte con certeza alivio, armonía y paz porque habrás entrado en una etapa más avanzada de realidad y verdad.

Huyes de la conciencia de tus necesidades reales no sólo porque enfrentar la insatisfacción es doloroso, sino más aún porque la insatisfacción significa una prueba de tu inferioridad. Una vez que hayas alcanzado fortaleza, coraje, humildad, determinación y realidad para enfrentar tus necesidades reales - recibir y dar - y tolerar la frustración temporal, habrás llegado a un área de tu yo real mucho más grande de lo que podrás pensar, ya que éste es tu yo real. Tu problema de insatisfacción mismo retrocede al fondo en comparación con la fortaleza que logras al encontrar tu hogar. El extranjero - tu yo alienado - encuentra el hogar dentro de la realidad del centro de tu ser.

Para llegar a este punto tienes que viajar por muchos caminos apartados y desvíos, y una vez que hayas llegado a él, tendrás que pasar por un período de vacío, de conciencia de tu necesidad y tu anhelo insatisfechos. Pero al mirar la insatisfacción y tolerarla - no con falsa humildad y debilidad sino con la fortaleza de ser capaz de soportarla tanto tiempo como se requiera a consecuencia de los patrones que pusiste en movimiento y cuyos efectos todavía no se han disipado - no sufrirás las agonías que sufrías antes de tener tal conciencia. La insatisfacción no te debilitará. Por el contrario,

al lograr una percepción interior más profunda y plena y al acercarte entonces más a la realidad, lentamente empezarás a causar efectos diferentes. Los viejos efectos negativos no se disuelven inmediatamente después de que encuentras la causa que los produjo. Llevará algún tiempo que las nuevas causas constructivas y positivas puedan empezar a ser efectivas y producir efectos comparables. Esto no sucede de la noche a la mañana.

Después de un cierto período de insatisfacción consciente de las necesidades reales - como opuesto a la previa insatisfacción inconsciente de las necesidades reales e insatisfacción consciente de las necesidades falsas - mientras buscas, aprendes y logras enraizarte más en la realidad de ti mismo, tendrá lugar un período de satisfacción parcial. Habrá reveses y decepciones ocasionales en los cuales tendrás la oportunidad de observar tu recaída interior en los viejos patrones, la cual podrá haber ocurrido sin que lo supieras. Entonces, estas recaídas externas y decepciones son un período necesario de fortalecimiento del nuevo modo de vida, por así decirlo. Lo integran, lo hacen parte de ti hasta que se vuelve tu "primera naturaleza", tal como es en esencia verdaderamente.

En este punto, has descubierto el camino al hogar. Has dado algunos pasos tentativos hacia él - y por lo tanto, ocasionalmente has recogido sus frutos - pero todavía no estás plantado firmemente en este nuevo suelo. Todavía fluctúas y te alejas de él tentado por tus viejos hábitos. Al alternar de este modo entre satisfacción e insatisfacción tienes la oportunidad de lograr enraizarte firmemente en el suelo de tu hogar, si deseas utilizar este tiempo de un modo así. Entonces preparas el camino para establecer un patrón enteramente nuevo, una nueva causa, con salud, realidad y productividad. Sin embargo, los efectos no se manifestarán hasta que la causa haya madurado, por así decirlo.

PREGUNTA: Cuando llegas al punto en que quieres cambiar un patrón porque has hecho ciertos reconocimientos, al imponerte disciplina a ti mismo empieza una batalla. Podrás hacerlo pero no te sientes bien acerca de ello. Aunque sabes que eres infeliz con el modo viejo y quieres cambiar, al actuar correctamente tampoco te sientes bien. Ahora bien, te oí decir que en esta etapa no estás listo pero, ¿cuándo te vas a imponer disciplina a ti mismo?

RESPUESTA: En esta etapa, la disciplina debería tomar la forma de encontrar porqué no puedes sentirte bien acerca de esto. ¿Qué se interpone en el camino de tu entendimiento? Debe haber algo en ti que todavía no está convencido, que todavía duda de que esto sea bueno, ventajoso, seguro o lo que sea. Debe haber en ti una parte que aún se aferra al viejo modo destructivo, a pesar de que también lo veas como destructivo. Trae eso a la superficie y entonces podrás eliminar el error con respecto a eso. Por lo tanto, no te fuerces ni te impongas disciplina en tus acciones hacia los demás sino, en cambio, usa la disciplina para descubrir más acerca de ti mismo.

PREGUNTA: Cuando sufres aflicción, cuando estás separado de alguien y sabes que debe ser así y lo aceptas, aun así sufres un profundo dolor, y más aún cuando eres consciente de tus propios sentimientos y eres consciente de la profundidad del amor que sientes - esto es sano, ¿no? ¿No lleva tiempo para sanarse?

RESPUESTA: No puedo responder la pregunta diciendo que es sano o malsano. Depende enteramente de cómo es sentido. Podrá ser algo absolutamente sano. Pero también podrá contener ciertas corrientes malsanas. Es muy difícil determinar esto en una respuesta general. Es completamente individual. Mi consejo es que para determinar si es sano o no, la persona se pregunte dónde podrá haber sentimientos de impotencia, de debilidad, de autocompasión, de estar sujeto a la desdicha de la vida. Si te sientes empobrecido, si tu personalidad se siente empobrecida por tal separación, entonces

debe haber una aflicción malsana, tal vez además de la aflicción sana. Pero si la pérdida se siente como dolorosa sin un sentimiento de empobrecimiento de uno mismo, entonces es puramente sano.

PREGUNTA: Si un ser humano encuentra dentro de sí dos corrientes en conflicto, si uno reconoce la falsedad de una corriente y entonces la segunda corriente empieza a actuar, ¿dónde entra la disciplina?

RESPUESTA: Como dije antes, el uso de la palabra "disciplina" podrá llevar a un malentendido. Podrá llevar a la represión, a la supresión, a una acción forzada y superpuesta que no puede ayudar al crecimiento genuino. Tu concentración y determinación deberían ir en cambio en la dirección de entender más porqué existe esta corriente. La respuesta externa podrá ser bastante obvia, y sin embargo debe haber también una respuesta interna que tiene muy poco que ver con la externa. Esta corriente podrá ser algún tipo de pseudo protección. Podrá satisfacer alguna necesidad falsa. Encuentra qué significa y sabrás cómo seguir desde allí. Puede ser que la primera respuesta que encuentres profundamente adentro no sea aún la respuesta final. Puede ser que aún contenga un "porqué" más. La etapa que describes indica que no has terminado la fase de búsqueda en esta área y por lo tanto el cambio, con su disciplina necesaria, es prematuro. Aquí busca sólo más conciencia. Puede ser que el cambio ya haya ocurrido en otra área, pero no con respecto a esto. Repito, una búsqueda así crea cambio constantemente en tu ser emocional, mental, espiritual y aun físico porque te enfrentas contigo mismo con total apertura. Pero éste es el primer tipo de cambio del que he hablado, y no el segundo que requiere una forma más directa de disciplina. En la primera etapa también debe existir disciplina, pero con el énfasis en enfrentarte más contigo mismo, en rendirte cuentas de lo que realmente sientes y porqué lo sientes.

PREGUNTA: Ya veo. Entonces, en tanto aún existan dos corrientes en conflicto, ¿todavía hay necesidad de ir más profundo?

RESPUESTA: ¡Oh, sí! (Gracias)

PREGUNTA: Vacilo en hacer cualquier pregunta debido al reciente revuelo que trajeron mis preguntas. Parece que no son consideradas exactamente inteligentes. Antes de hacer mis preguntas, me gustaría preguntarte francamente si ustedes, las almas más altamente desarrolladas, están empleando una razón de la cual yo no soy capaz, porque a menos que estemos hablando con una base en común, me temo que no hay medio de comunicación de uno con el otro.

RESPUESTA: Mi querido amigo, en primer lugar, pienso que nadie puede decir, cuando algún otro no entiende algo, que esto indica falta de inteligencia. Las personas más inteligentes están bloqueadas allí donde tienen problemas. La inteligencia que existe en otras circunstancias, aquí no funciona. Eso le sucede a cada una de las personas, a algunas más obviamente que a otras, pero no obstante a todas. No hay ser humano que esté enteramente libre de esto. Nunca he visto hasta ahora un ser humano en el que no haya en algún lugar una tensión, un prejuicio, un estar cerrado, un miedo a renunciar a una idea preconcebida. Esto, por supuesto se debe al mecanismo de defensa que elige un punto de vista particular como necesario y seguro. Pero esto es sólo una explicación, no elimina el hecho como tal. Las personas que están bloqueadas entenderán mal, interpretarán mal, estarán ansiosas y en conflicto acerca del tema u oirán exactamente lo opuesto de lo que se dice. Lo único que varía es el grado, y cualquiera que juzgue, es posible que tenga la misma condición en un grado menor o menos perceptible quizás en lo que concierne a un tema diferente. Entonces, estás en muy buena compañía. Tal vez puede ser que hagas tus preguntas de un modo más beligerante que los demás, pero a mí eso no me molesta y te aliento a que hagas estas preguntas, en tanto seas sincero y

lo hagas de buena fe, sin considerar lo que puedan decir algunos de nuestros amigos humanos. Es necesario. Es bueno para ti. Y es bueno para todos.

Con respecto a tipos diferentes de razón, hay sólo una razón. No hay varios tipos. Nuevamente, es sólo cuestión de grados. La diferencia es que los seres humanos que están aún en la lucha humana tienen su razón debilitada. Su inteligencia podrá no estar debilitada pero su razón lo está. La razón viene del yo real, entonces en la medida de su autoalienación, en esa medida la razón no funciona. El yo real es pura razón y puro amor. También podrás llamarlo sabiduría. Lo uno es impensable sin lo otro. No puede haber razón o sabiduría sin amor, y viceversa.

Entonces, todos tenemos los mismos órganos para comunicarnos. Si un ser se ha desarrollado más que el otro a causa de luchas que ya han sido superadas, esto no significa que la comunicación sea imposible. La comunicación depende en grandísima medida de la voluntad de las personas involucradas. Si la voluntad de entender y hacerse entender está presente, ya está ganada la mitad de la batalla. No pienso que ninguno de ustedes haya encontrado jamás que es difícil comunicarse conmigo.

Sugeriría entonces que hagas tus preguntas la próxima vez. Si todos ustedes tienen suficientes preguntas, podremos poner nuevamente un período para preguntas y respuestas.

Mis muy queridos amigos, sean benditos todos ustedes en espíritu, en alma y en cuerpo. Que estas palabras los ayuden a continuar su autorrealización activamente y a sacar a la luz toda la maravillosa fortaleza, razón, amor, creatividad, ingenio, alegría y capacidad para la felicidad que ya existen en ustedes. No tienen que arrebatar estas cosas afuera. Residen dentro de ustedes, como un tesoro. Libérenlas del error, la evasión y el miedo a enfrentar la verdad acerca de sí mismos. Desistan de vivir superficialmente en el sentido de satisfacer al mundo en vez de a sus propias pautas. No vivan por las apariencias en ningún área de su vida. Vivan en la verdad y la realidad. Enfrenten cada tema en su totalidad. Mírenlo con ojos objetivos. No lo hagan apresuradamente y encontrarán el camino de vuelta a su yo real.

Sean benditos. Regocíjense en todo lo que está esperando para ser liberado en ustedes. No tienen que esperar otra cosa que alegría. Pronto podrán alcanzar el punto en que la lucha humana sea una fuente de alegría y cada paso hacia adelante signifique más realización de crecimiento y felicidad. ¡Permanezcan en paz, permanezcan en Dios!

Copyright © por la Pathwork Foundation