

Conferencia Pathwork N° 139

LA DESVITALIZACIÓN DEL CENTRO VIVO MEDIANTE LA INTERPRETACIÓN ERRÓNEA DE LA REALIDAD

Saludos, mis más queridos amigos. Bendiciones para cada uno de ustedes. Bendita sea esta noche. Que su entendimiento de esta conferencia abra su mente y su visión para que avancen todos un paso más en su autorrealización.

Uno de los logros más difíciles es entender plenamente la situación actual, entender de qué modo ésta es una creación directa del individuo. Justamente porque este entendimiento podría ser inmediato y cercano, parece distante. Justamente porque la conexión está disponible con tanta facilidad, parece que hacerla requeriría mucho esfuerzo y mucha lucha. Una vez que uno descubre cómo hacerlo, se vuelve fácil y natural, y es obvio que la conexión ha estado allí todo el tiempo. Aun aquellos de mis amigos que han estado involucrados en el *pathwork* por un tiempo considerable, todavía pasan por alto lo que es más significativo y no logran verse a sí mismos tal como son. No entienden su situación actual, lo que ésta significa en términos de su propio ser más interno, porque el mecanismo de escape está a menudo muy profundamente arraigado. Esta conferencia, una vez más, está destinada a sacudirte, a hacerte más consciente, a despertarte a ti mismo y a tu situación externa inmediata.

Toda vez que te encuentras en una situación que no es deseable, que de algún modo te deja insatisfecho, tu descontento generalmente vago hace que te esfuerces por ir hacia otra situación. Una dirección claramente definida hacia una meta y un concepto preciso de un mejor modo de vida sólo pueden tener éxito cuando se entiende totalmente la situación actual, con su carencia. Esforzarse por ir hacia una situación diferente cuando no se entiende plenamente la situación actual habrá de dar por resultado fracaso y frustración.

¿De qué modo pueden entender completamente la situación actual, mis amigos? Esto sólo puede suceder al volverte plenamente consciente de lo que realmente te falta. Debes poner en palabras con precisión qué querías que fuese diferente en tu vida. Ésta debe ser la primera toma de conciencia. La segunda toma de conciencia debe ser darte cuenta en qué medida sufres por lo que te falta, ya que a menudo también dejas esto de lado y no lo reconoces. ¿Cuánto sientes realmente la falta de lo que te falta? No te contentes superficialmente con un reconocimiento vago y general. Debe salir a la luz la intensidad completa de los anhelos y las frustraciones parcialmente reprimidos. La tercera toma de conciencia con respecto a esto debe ser una comprensión total de tu situación actual. Y eso significa, por supuesto – después de los reconocimientos anteriores – determinar por qué pasas por tu situación actual. Es esencial que entiendas profundamente de qué modo la situación actual es un resultado directo de lo que tú eres.

He hablado de esto muchas veces en el pasado. Lo repito ahora, no sólo para conectarlo con la conferencia que sigue sino también porque veo que ustedes, mis amigos – a pesar de su buen progreso – aún lo pasan por alto en gran medida. Por lo tanto, los invito a todos a seguir esta fórmula simple y poner toda su atención en lo que sienten y experimentan ahora mismo, y por qué esto es así.

¿De qué modo es tu situación externa una representación simbólica de tu estado interior de ser? Cuando finalmente conectas con el hecho de que tu estado externo – por indeseable que pueda ser – es exactamente un resultado de lo que eres, piensas,

sientes y deseas, entenderás inmediatamente que tu situación externa no puede ser diferente. Cuando sabes profundamente que no puede ser diferente, entonces aprovechas, asimilas y comprendes totalmente tu Ahora actual, tu situación total. Esta comprensión, este análisis en profundidad, da por resultado un conocimiento de que cualquier situación actual ha de tener un vínculo directo con el ser interior. Encuentras que la situación actual es un resultado exacto de la suma total de tu personalidad. Esto incluye, por supuesto, las circunstancias favorables. Cuando pasas por alto y descuidas el disfrutar todas las circunstancias buenas de tu vida, eres igualmente inconsciente de tus valores. Al aprender a valorar, apreciar y disfrutar a cada momento lo que la vida te ofrece, simultáneamente te volverás consciente de lo bueno que hay en ti, de tus valores y bienes. Esto te dará mayor fortaleza para salir de círculos viciosos y de actitudes negativas autogeneradoras, y hará que entiendas de manera más realista la situación indeseable en relación a tu personalidad interior. Lograrás tener un cuadro más completo de tu persona total y de tu vida.

En tanto seas vago y nebuloso acerca de lo que te falta, y en tanto niegues lo que te falta, es imposible que entiendas tu vida. Entender la propia vida de esta manera es la clave para transformarla en una manifestación más deseable y plena.

Ustedes en su mayoría, mis amigos en este camino, ocasionalmente han entendido sus vidas y se han entendido a sí mismos como una unidad del modo que mencioné aquí. Esos momentos son siempre experiencias profundas de la realidad de ser, de vibrante vivacidad, de luz y verdad. Lograr esto parece tan difícil justamente porque es tan inmediato y está tan cerca. Parece tanto más fácil desear algo vagamente diferente, o aun específicamente diferente, con una actitud de descontento y de tensa lucha, en un estado de ánimo de queja, resentimiento y autocompasión. Mientras tanto, ignoras: a) la intensidad del anhelo real; b) la presencia de reservas ante este anhelo real; c) sus "razones"; d) los pensamientos, los sentimientos, las emanaciones y las actitudes en la conducta interior y exterior que son una consecuencia de lo anterior; y e) cómo estos afectan a los demás y de este modo, crean la situación actual. A menudo pasas por alto que la situación actual es un resultado de muchos años de patrones de pensamiento, acción y sentimiento profundamente arraigados, y no puede cambiar instantáneamente después de haber hecho algunos reconocimientos. El efecto de estos reconocimientos se diluye cuando no traen un resultado inmediato. Esperar resultados instantáneos es una demanda infantil a la vida, una enojada negativa a cooperar con las leyes de la vida, las cuales están contenidas con absoluta certeza entre las razones de la falta de plenitud misma. Esto también hace que pases por alto lo bueno que hay en tu vida y que no logras disfrutar y apreciar.

Cuando ignoras la unidad entre tu yo más interno y tu situación externa esto siempre se debe a que huyes de ti mismo. No quieres verte real y totalmente tal como eres sino que te miras sólo de un modo limitado y con reservas. Pregúntate – pregúntense todos ustedes - ¿Deseas de verdad verte totalmente, tal como eres? ¿Cultivas tal meta expresando este deseo, particularmente en momentos de descontento y falta de armonía? ¿O eres rápido para darte explicaciones racionales de un modo superficial por tu falta de armonía? ¿O admites de hecho que la causa debe estar en ti – porque sabes lo suficiente acerca de la verdad de estos temas – pero lo dejas así, sin estar dispuesto a mirar realmente? Todavía no se usa lo suficiente la fórmula simple de expresar la intención y el deseo, profundos y plenos, de ver la verdad completa acerca de uno mismo en todo momento. Podría existir una liberación mucho más grande si esto se pusiese en práctica con más detalle y el yo prestase más atención a la situación inmediata.

Las razones de la fuerte tendencia a escapar del yo – y por lo tanto, escapar inevitablemente de la vida, con todas sus buenas posibilidades – son múltiples. En el

curso de estas conferencias hemos hablado de muchos de los motivos y las razones posibles para escapar. Prestemos atención ahora de manera específica a un aspecto que he mencionado antes sólo de modo vago y general, por la simple razón de que ninguno de mis amigos estaba completamente listo para enfrentar este aspecto en sí mismo. Sólo se podía hablar de ello y se lo podía contemplar en términos muy generales. Los últimos meses han traído un progreso considerable para algunos de mis amigos, y por lo tanto, muchos de ustedes pueden aceptar ahora lo que tengo para decir.

El aspecto del que quiero hablar no es la mera hostilidad. Con el uso repetido, "hostilidad" se ha vuelto un término demasiado vago, casi sin sentido. Seamos tan burdos como sea posible de una manera deliberada. En la mayoría de los seres humanos - en algunos más, en otros menos - existen elementos de crueldad. Esta crueldad es difícil de enfrentar. Pero cuando la enfrentes, a esto habrá de seguirle el alivio y la liberación, porque entonces nada más obstruirá el camino para estar totalmente en la verdad con respecto a ti mismo. En tanto no enfrentes plenamente la crueldad que está dentro de ti, en tanto le escapes, no podrás tener claridad acerca de ti mismo, estar cómodo y relajado, y no tener miedo de ti mismo. No podrás ser tu propio amigo. Podrás ser tu propio amigo cuando aceptes, reconozcas y entiendas los aspectos crueles, y trabajes abierta y honestamente sobre ellos, aun antes de que puedas eliminarlos totalmente. Pero en tanto sigas luchando contra la crueldad del modo equivocado y contraproducente - o sea, negando y ocultando - habrás de estar en una fricción constante contigo mismo, y por lo tanto, inevitablemente, con la vida y con los demás. Dado que no puedes sentirte cómodo en tu propia piel, sentirás que tu vida y el modo en que vives contigo mismo están equivocados; aparecerán problemas sin solución. Las soluciones sólo pueden aparecer en el horizonte en la proporción exacta en que enfrentes en ti mismo aquello que más temes - y generalmente, eso es la crueldad. No puedes pensar en nada peor, nada es más atemorizante que este aspecto de ti mismo.

Un indicador confiable para determinar si todavía hay dentro de ti crueldad no reconocida, es la cantidad de miedo que te queda. Considera tu miedo a las otras personas - general o específicamente - el miedo a la vida, el miedo a la muerte, el miedo a lo desconocido. Cuanto más miedo tienes - de las acciones despiadadas y la separación, del rechazo y la humillación, de la crueldad física y mental - más habrán de estar dormidos estos mismos aspectos dentro de ti, sin haber sido plenamente reconocidos hasta ahora. En tanto éste sea el caso - sin que importe cuán grandes o cuán pequeños sean los aspectos sin reconocer - estarás en conflicto. Huirás de aquellas áreas de tu vida que parecen ser difíciles e incómodas. El hecho de que ahora sean desagradables para ti es un signo de que contienen la clave misma que necesitas. Si dejases de correr y te mirases realmente, verías que estás evitando ciertas situaciones externas e internas y porqué lo estás haciendo. Estas instancias albergan el secreto que todavía no estás dispuesto a develar, a pesar de todos tus buenos esfuerzos. Sin embargo, en tanto no puedas encontrarte contigo mismo y con los demás sin reservas, es imposible que logres plenitud. Significa que quieres seguir engañándote evitando estos aspectos. Podrás sentir algo como esto de un modo vago, pero hay una gran diferencia entre eso y mirar realmente dentro de ti mismo.

Aquellos que han empezado a hacerlo ya han superado lo peor. Esto no es necesariamente una cuestión de tiempo, de cuánto ha estado uno en el *pathwork* - de ninguna manera.

Hablemos ahora de porqué existe la crueldad. Después de haber reconocido su existencia, ¿entonces qué? Antes de responder esta pregunta te recordaré ese centro más interno de cada ser humano que los activa a todos, con todo lo que necesitan para

vivir productivamente. Este centro vivo te provee energía, fuerza de vida, sabiduría, visión, soluciones, amor y armonía. Existe en lo profundo de cada individuo. En una persona joven, en un niño, se manifiesta como un lugar muy vulnerable. Su vivacidad misma surge de un centro tierno y suave. Cuando los niños se sienten heridos e intrigados – cuando interpretan mal los sucesos que ocurren a su alrededor – proceden a endurecer este lugar vulnerable para defenderse de su suave apertura. Por medio de estos diversos mecanismos de defensa, el centro vivo se vuelve más y más tapado, oculto y cubierto por sustancias resistentes. Sin un entendimiento adulto y realista – o sea, un ego maduro – el niño no puede manejar este centro vivo, suave y maleable en el que están contenidas las fuerzas más poderosas, creativas e inteligentes. Por su propia protección debe separar el centro vivo de su conciencia. Sin embargo, cuando el niño se transforma en adulto, cuando el ego se vuelve maduro, la separación se vuelve un impedimento desafortunado. El individuo vive de un modo discapacitado, excluyendo el aspecto mejor y más confiable de todo su ser. Sólo cuando procede a ponerlo nuevamente al descubierto e integrarlo con el ego adulto, la personalidad se vuelve entera y equipada para manejar la vida.

La existencia de este centro vivo, desnudo y vulnerable puede ser determinada no sólo recordando tu infancia con sus emociones fuertes y sus experiencias profundas, tanto positivas como negativas, sino también observándote verdaderamente. No puedes dejar de volverte consciente de los momentos en los que este lugar vulnerable está presente. Puedes observar además cómo procedes entonces a hacerlo invulnerable. En otras palabras, continuas usando el proceso que fue instituido en la infancia pero que ahora opera en gran medida en detrimento tuyo, ya que es el modo erróneo de protegerte y manejarte bien con la vida. Hay varios modos de desactivar el centro vivo: separándote y retrayéndote, endureciéndote, adormeciendo tus sentimientos, negando tus sentimientos reales y sustituyéndolos por sentimientos falsos, y también volviéndote cruel. Todas estas medidas sirven para hacer invulnerable el lugar vulnerable que hay dentro de ti, porque éste parece ser el único camino “seguro”.

Pasas por alto e ignoras el hecho de que la vulnerabilidad es el material mismo, por así decirlo, con el cual gobernar tu vida del modo más dinámico y fructífero, ya que este lugar vulnerable es el centro vivo del cual deriva toda la energía y la sabiduría. Es aquello que hay en ti que hace posible que experimentes plenamente y disfrutes, que sientas y des placer. La energía potente que deriva del centro vivo puede utilizarse del modo más constructivo y significativo para darse cuenta de que, para integrarse con el ego, el centro vivo debe volverse un aspecto consciente. Si esta integración se ve obstaculizada a causa del malentendido y la ignorancia, la energía se volverá destructiva. El resultado del poder invertido será el caos, la separación, la desintegración, la confusión, el sufrimiento y una división interior y un adormecimiento que hacen que la vida parezca ser difícil, fea, distante y sin sentido.

La activación de tu yo real, o centro divino, no es algo que logras desde afuera – y ni siquiera desde dentro de ti mismo como algo lejano que todavía no has experimentado. Hay muchas ocasiones en que experimentas al yo real vaga y nebulosamente, tal como en la tristeza natural, no exagerada. Pero te aseguras de negar la experiencia porque no sabes cómo vértelas con ella, no sabes cómo manejarla. Achatas la experiencia, prohibiendo las dimensiones más profundas y ricas que vienen de tu centro más interno.

En tanto el centro interno esté aún en la condición en que estaba cuando eras un niño, todavía no está en una posición apropiada para manejarse con la vida. La sabiduría interna que está contenida en el centro vivo empieza a manifestarse sólo después de la integración con el ego. En el estado del niño, el centro interno sólo está vivo, lleno de sentimiento, de energía, de capacidad para la experiencia y para el placer como así también para los potenciales de creatividad e inteligencia todavía no utilizados. Lo que

debes aprender a hacer ahora es: 1) observar la existencia del centro vivo, 2) observar los mecanismos por medio de los cuales desanimas sus manifestaciones y endureces el lugar vulnerable; 3) detener deliberadamente los mecanismos de desconexión y permitir el despliegue del centro vivo. Por medio de meditaciones apropiadas, tendrá lugar la integración del centro vivo y el ego, de modo que la sustancia del centro vivo se volverá fuerte y resistente sin perder su suave vivacidad.

Te encuentras en la situación difícil de poseer un ego adulto con todas sus facultades intactas, pero separado de ese centro vivo vulnerable. El centro vivo vulnerable está separado de tu conciencia de vigilia – ése es tu problema.

Cuanto más “defendido” y bloqueado, negado y encubierto está el centro vivo, en una actitud no realista y deficiente, más llegan a existir algunos aspectos del yo de los cuales uno se siente avergonzado y culpable. Una de las formas más severas es la de los impulsos crueles. La crueldad dejará de existir verdaderamente en la profundidad del alma humana – no sólo en la acción y en los pensamientos conscientes sino también en las emociones inconscientes – cuando el centro vivo no sea negado y obstaculizado sino que sea reconocido y observado, y se le permita funcionar. Los sentimientos intensos del centro vivo pueden entonces compararse con la realidad en su despliegue. Las facultades del ego ayudarán en el proceso; la razón y la inteligencia ajustarán los desequilibrios y la desviación de la realidad. Pero cuando se usa la razón para negar la profundidad, el alcance y la riqueza de los sentimientos, al manifestarse estos desde el centro vivo, la personalidad humana se debilita y se desequilibra a sí misma. Reúne la manifestación del centro vivo - con su vulnerabilidad y su fortaleza de sentimientos - con tu entendimiento adulto y las facultades del ego.

La crueldad sólo puede existir como resultado de una separación entre el centro vivo y el ego. Para expresarlo en términos más prácticos, la crueldad existe porque se interpreta erróneamente la realidad, lo cual hace que el individuo desactive aún más el centro vivo. No sólo el niño interpreta mal lo que sucede a su alrededor. Precisamente donde el niño lo ha hecho, el adulto sigue haciéndolo, ahora mismo, a menos que haya encontrado y corregido todo esto – y seguirá haciéndolo hasta que lo encuentre y lo corrija. Todos ustedes siguen interpretando mal la realidad en las áreas en que tienen dificultades. No perciben lo que sucede a su alrededor. No ven las cosas tal como son realmente sino que las entienden mal.

¿Cómo puedes descubrir tal malentendido? Sólo reconociendo primero ante ti mismo qué es lo que realmente crees, y luego interpretando lo que eso significa. Esto se aplica a cualquier cosa que te haga sentir sin armonía. Pregúntate cómo interpretas lo que otros sienten y piensan acerca de ti.

Tomemos un ejemplo práctico para hacerlo más comprensible. Te sientes desairado, discriminado, rechazado. Como regla general, sólo admites esto vagamente. Podrás decir las palabras, pero no reconoces plenamente en qué medida lo sientes, ni porqué lo sientes o qué te hace creer que tus sentimientos están justificados o son apropiados. Puedes pasar al próximo paso y preguntarte: “¿Esto es real o es sólo lo que creo? ¿Podría ser de otro modo?” Aun cuando admites que te sientes rechazado, generalmente lo dejas así y vives en una niebla, en una neblina en la que no examinas completamente si es real o no. Puede ser que verbalmente reconozcas que quizás no sea real, pero luego hay otro nivel en el que sí crees que es real. Este nivel no es enfrentado y examinado de manera total.

La crueldad es el obstáculo más grande para enfrentarte contigo mismo, para vivir en la belleza dinámica y aventurada de cada Ahora. Es también el factor más grande para huir de ti mismo, y en última instancia, es un resultado de interpretar erróneamente la

realidad. No puedes interpretar correctamente la realidad en tanto no formules de manera clara y precisa qué es lo que crees – cómo interpretas los sucesos que parecen requerir que te sientas herido y te defiendas - y en tanto no consideres la posibilidad de que la realidad pueda ser diferente.

He hablado aquí de varios puntos que deben combinarse en tu trabajo:

Punto 1: Una situación indeseable – una falta de plenitud, un vacío – no puede ser eliminada y transformada en una condición más deseable a menos que entiendas que la situación actual no puede ser diferente y reconozcas plenamente que la causa está en ti mismo.

Punto 2: Separemos la admisión de la carencia, lo cual es el primer punto, del segundo punto: el reconocimiento de lo que hay en ti que causa la carencia, para que así experimentes profundamente la unidad entre tu yo y tu situación de vida.

Punto 3: Los aspectos crueles que hay en ti representan las razones principales de todas las resistencias y los miedos a enfrentarte contigo mismo. A menudo, estos aspectos crueles se pueden encontrar sólo cuando uno reconoce el miedo que siente. No olvides la importante correlación entre el miedo a los demás o a cualquier faceta externa de la vida, y el miedo a tu crueldad no reconocida. Si estás libre de crueldad, nunca puedes temerle a los demás.

Punto 4: Establece en qué momentos el centro vivo está desnudo – tal como en el estado vulnerable de un niño que todavía no ha integrado estas energías y sentimientos con las facultades del ego.

Cuando esta integración tiene lugar, el centro vivo vulnerable ya no es vulnerable de un modo negativo, peligroso o debilitante, sino de un modo positivo y maravilloso. Es flexible, vivaz, vibrante y lleno de los fuertes sentimientos sin los cuales no pueden existir el placer, la alegría y la felicidad. La fortaleza y la inteligencia tremendas contenidas en este lugar vulnerable gobernarán todas tus acciones y actitudes. Esto será la causa de pensamientos y emociones que habrán de dar fruto en todo lo que te rodea. Hará que seas totalmente constructivo en todo lo que hagas. Querrás prestar toda la atención que puedas a todo lo que experimentes y a todo lo que emprendas. No harás nada tibiamente, prestando atención sólo a medias o estando dividido acerca de tus motivos. Por lo tanto, el resultado será más y más deseable y satisfactorio. En este tipo de atención no hay tensión. Serás llevado por una fortaleza arrolladora y maravillosa. En lugar de cubrir el lugar vulnerable, lo harás salir. En vez de huir de los sentimientos que están en este lugar vulnerable, ampliarás el área de vivacidad. Le darás una nueva fortaleza que proviene de entender la realidad e interpretar correctamente lo que sucede en ti y en los demás.

Al empezar a integrar el lugar vulnerable con el ego, estás realizando la meta de tu proceso evolutivo en este aspecto en particular. Tienes que pasar por los cuatro puntos que he indicado para conectar tus miedos con tu crueldad no reconocida. Descubre cómo la crueldad es un resultado de la interpretación errónea. Cuestiona detalladamente porqué tienes estos impulsos crueles. Al hacerlo, reconoce lo que te hiere, lo que querrías que fuese diferente, lo que crees que los demás te hacen, lo que la vida te hace. Después de poner esto en palabras precisas, da el paso siguiente: pregúntate si estás viviendo la realidad, si lo que crees es verdad o no.

Amigos, esta conferencia no debe quedar ahora en un estudio teórico. En la medida en que la uses para ti mismo, harás una realidad de lo que digo. Algunos de ustedes han empezado a hacerlo en su *pathwork* personal. Otros todavía no han empezado esta

fase en particular. Espero que me planteen problemas relacionados con este tema – si no es esta noche, entonces en el próximo período de preguntas y respuestas. Puedes empezar expresando exactamente qué es lo que te hiere y porqué. Llegarás a ciertos reconocimientos. Entonces haz tus preguntas y yo te ayudaré más. Consideremos juntos si el dolor es justificado o no. ¿Es realmente tal como sientes que es? En el momento en que puedas cuestionar la realidad de tu experiencia de sentirte desairado y herido, tendrás una base firme desde la cual continuar. En tanto no puedas hacerte esta pregunta porque todavía no sabes que lo sientes, tendrás que buscar el modo correcto de tratar con esto en tu fase momentánea del *pathwork*.

Algunos de ustedes podrán ser conscientes de la crueldad, aun si es sólo vagamente. Pueden proceder a partir de allí. Algunos podrán ser muy conscientes de sus miedos pero estar separados del otro lado de la moneda, o sea, los impulsos crueles que hay en ellos. Otros podrán ser agudamente conscientes de su falta de plenitud - la cual podrá ser cualquier tipo de situación actual indeseable – pero todavía no han conectado esta carencia con sus propias causas más internas. Y otros podrán haber logrado esto en cierta medida pero haber pasado por alto las raras instancias en que su verdadero lugar vulnerable pasa a primer plano. Todavía no han observado cómo se las ingenian para alejarse de él, cómo lo encubren, lo endurecen o lo adormecen de un modo u otro.

Ahora existen todas estas posibilidades para que trabajes más en ellas. Algunos de ustedes son conscientes de uno u otro de estos aspectos pero no de los demás; ninguno de ustedes es consciente de todos estos aspectos. Que todos ustedes reúnan estos puntos, no sólo intelectualmente sino como una experiencia sentida en profundidad. Esto les dará, por cierto, coraje y liberación. Ninguno de estos aspectos es igualmente fuerte en todos. Por ejemplo, en algunos de mis amigos el área de ilusión e interpretación errónea de la realidad es relativamente pequeña. Son racionales y ven la realidad en muchas áreas. Su interpretación errónea de la realidad se aplica sólo a ciertas áreas que podrán estar tan ocultas y ser tan vagas, sutiles y esquivas que es difícil determinarlas. Justamente porque en apariencia están tanto en la realidad, es fácil pasar por alto dónde y en qué medida no lo están. En cierto modo, a esos amigos les será más difícil resolver este problema que a aquellos que demuestran abierta y obviamente que, aun en el nivel intelectual, están en la ilusión o están engañados. Estos últimos podrán sufrir más agudamente hasta que lleguen al punto de cuestionar su interpretación de los sucesos y de las reacciones de otras personas. Luego están aquellos que creen que son razonables, racionales y realistas, y sin embargo están engañados aun acerca de eso.

El material que les he dado puede ser, por cierto, una herramienta muy importante para todos ustedes. Ahora, ¿tienen algunas preguntas con respecto a este tema?

PREGUNTA: He encontrado esta crueldad en mí en conexión con la venganza. También siento mi crueldad cuando me retraigo y castigo a los demás con mi aislamiento. Ahora, a pesar de haber encontrado esto, siento que no puedo abandonarlo. Debo aferrarme a ello. ¿Puedes ayudarme a seguir desde aquí?

RESPUESTA: Realmente, lo que dije en esta conferencia es una respuesta. Ahora tu clave particular es preguntarte porqué te sientes cruel. ¿Qué crees que te hacen? ¿Qué esperas que podrían hacerte? ¿Qué esperas de la otra persona? ¿Por qué crees que la otra persona está actuando – o ha actuado, o podría actuar – del modo que induce en ti impulsos crueles? Reconoce precisamente qué es lo que crees. Entonces el próximo paso debe ser preguntarte: ¿Es real o sólo creo que es real?

PREGUNTA: A mí me parece real...

RESPUESTA: Por supuesto. Eso es exactamente lo que quiero decir. Dado que te parece real parece necesitar de la crueldad. Siempre has asumido que es real. Ahora debes abrirte a la posibilidad de que puede ser que no sea como tu crees. Éste debe ser tu próximo paso con respecto a esto. En tanto lo dejes así, en una actitud vaga de: “tal vez no es así pero a mí me parece real”, sin considerar las consecuencias, permanecerás atascado. Cuando quieras ver la verdad por encima de todo y vayas hacia ella, ella vendrá a ti. En tanto permanezcas en un clima nebuloso, habrás de aferrarte a la crueldad. La crueldad será tu placer precario. El placer cesará cuando entiendas los hechos verdaderos. El entendimiento sólo podrá suceder cuando lo desees y estés listo para considerar nuevos horizontes y posibilidades en los que nunca habías pensado. Específicamente, hazte esta pregunta: “Las circunstancias, los deseos de la otra persona y los hechos, ¿confirman lo que siento, o puede ser que esté equivocado? Si la realidad es diferente de lo que pienso y siento que es, me gustaría ver esa realidad. Me abro a esa realidad. No me comprometo ni me obligo a ninguna otra cosa más que a que quiero ver la verdad.” Entonces, la verdad habrá de llegar, y la verdad habrá de eliminar el conflicto y el sufrimiento. Ése es el camino.

PREGUNTA: Soy extremadamente consciente de la crueldad y la vulnerabilidad que hay en mí. Cuando me siento desairado, mis sentimientos son tan fuertes que siento el deseo de matar a aquellos que parecen desairarme. Pero también siento que quizás mis reacciones son exageradas. ¿Qué debería hacer acerca de esto ahora que me he vuelto consciente de ello?

RESPUESTA: Nuevamente, en esta conferencia se puede encontrar una respuesta exacta. Pero también deseo responderte de manera personal. Dije antes que en algunas personas el área en que su entendimiento no es realista es relativamente pequeña, mientras que en otras es mucho más obvia. Tú perteneces, indudablemente, a esta última categoría. Ésta es un arma de doble filo porque, a causa de esta irrealidad, a causa de tus percepciones irreales, sufres más mientras estás en esta condición. Por el otro lado, es tan burda que para ti será más fácil descubrir la irrealidad y encontrar el modo de salir de la ilusión. Aquí tienes un ejemplo exacto de lo que he demostrado en esta conferencia. Es maravilloso que esto esté tan abierto y que, en el corto tiempo de tu trabajo, haya salido de manera tan fuerte. Tu vulnerabilidad también está aún relativamente accesible. Piensas que la defiendes separándola de tu ego y tratando de adormecerla por medio de la crueldad. Por el otro lado, la crueldad es generada también por tu interpretación errónea de la realidad. Esto es extremadamente fuerte y obvio, y por lo tanto, es bastante fácil de determinar una vez que empieces a cuestionarlo y a considerar la posibilidad de un modo serio. Lo que crees que la gente siente y piensa, y lo que ellos sienten y piensan en realidad, lo que crees que son y lo que ellos son en realidad, es muy, muy diferente.

Amigo, piensa cada día dónde sientes que fuiste insultado, desairado, rechazado o discriminado. Ponlo por escrito, cada caso individual. Quiero que lo hagas todos los días. Después de unas pocas semanas, o aún después de unos pocos días, verás en qué medida por lo menos anticipas rechazo y discriminación, desaire y desaprobación - de hecho, esto sucede casi todo el tiempo que estás en contacto con gente. Muy a menudo piensas que ya ha sucedido, mientras que, en realidad, nada podría estar más lejos de la verdad. Cuando empieces a preguntarte si tus sentimientos son verdaderos y proporcionados con lo que realmente sucede, y cuándo quieras ver lo que es verdad, lo cual posiblemente sea diferente a lo que creías hasta el momento, empezarás a experimentar un alivio genuino y duradero.

Quiero que trabajes siguiendo estos lineamientos, sólo y también en tu grupo. Pregúntate lo que crees que sienten por ti los demás miembros del grupo. Cuando lo saques a la luz, compáralo con sus reacciones reales hacia ti. Luego aprende también

qué es lo que hay por detrás de sus reacciones y porqué sienten lo que sienten. Ahora toda tu meta debe ser descubrir lo que realmente existe y cómo difiere esto de lo que tú piensas que es verdad. Entonces no necesitarás endurecer el lugar vulnerable, que es la esencia del centro vivo real sin el cual no puedes vivir exitosamente. Cuando formules con precisión lo que piensas que los demás sienten por ti – y cuando, entonces, con igual precisión, formules la posibilidad de que puede ser que estés equivocado, y contemples otras alternativas – un nuevo mundo se abrirá para ti. Será un mundo libre en el que podrás vivir sin miedo, un mundo de luz en el que no necesitarás estar aislado.

Ahora sientes que todo el mundo está contra ti. Dado que sientes que todo el mundo está contra ti, para dañarte y desairarte, para rechazarte y humillarte, debes endurecerte. La crueldad es casi la única arma con la cual defenderte de un mundo así. Por lo tanto, debes aferrarte a ella. Pero cuando empieces a ver que esto no es así, no necesitarás la crueldad, estarás relajado y liviano, porque el mundo ya no será tu enemigo. Las otras personas ya no serán tus enemigas. Por ejemplo, cuando pasas al lado de las personas en la calle, observa el sentimiento sutil, y sin embargo claro, de cómo percibes a los extraños que están a tu alrededor, cómo percibes que todos ellos son tus enemigos. Entonces pregúntate: “¿Es verdad? ¿Son realmente mis enemigos o puede ser que sea diferente? ¿Puede ser que ellos se sientan de un modo similar al mío, atemorizados y perdidos? ¿Y que cuando están enojados tal vez ataquen tal como lo hago yo, con la idea de que todos los demás son sus enemigos?” Millones de personas pasan una al lado de la otra, día tras día, y cada una siente que ha sido elegida para ser perseguida. A menudo éste es un sentimiento sutil, que ni siquiera se puede detectar, pero que sin embargo está allí. Una vez que traigas este sentimiento a la conciencia, podrás empezar a cuestionar si tu percepción es correcta. De este modo podrás encontrar el camino de vuelta a la realidad, y en consecuencia, a la verdad y la luz, a un mundo que es maravilloso y no atemorizante.

Mis más queridos amigos, que esta conferencia haga surgir en ustedes todo lo que es sano, creativo, constructivo y real. Lo encontrarán inmediatamente “detrás” de ese centro vivo vulnerable, una vez que permitan que las primeras manifestaciones de sus emociones inicialmente inquietantes lleguen a su conciencia de superficie. Pasen por esto y verán lo que se manifestará entonces, especialmente cuando su conciencia trate de alcanzar esta posibilidad. Las bendiciones constantes que les son dadas se combinan con este poder que está dentro de ustedes y los llenan desde dentro de sí mismos. Estén en paz. ¡Permanezcan en Dios!

Copyright © por la Pathwork Foundation