

Conferencia Pathwork N° 185

MUTUALIDAD: UN PRINCIPIO Y UNA LEY CÓSMICOS

Saludos, mis amigos. Bendiciones y amor para cada uno de ustedes. El tema de la conferencia de esta noche es la mutualidad. La mutualidad es un principio y una ley cósmicos. Dividiré este tema en tres secciones: la primera se tratará de la mutualidad como un principio y una ley cósmicos; la segunda se tratará de cómo se manifiesta esta ley en la vida humana; y la tercera se tratará de la naturaleza y el origen de aquellos impedimentos que perturban la ley de la mutualidad.

La mutalidad es una ley cósmica o espiritual. Ninguna creación puede suceder a menos que exista la mutalidad. Mutualidad significa que dos entidades o aspectos aparente o superficialmente diferentes se mueven el uno hacia el otro con el propósito de unirse y hacer un todo que incluye a ambos. Se abren el uno al otro, cooperan entre sí y se afectan mutuamente para crear una nueva manifestación divina. Las nuevas formas de autoexpresión sólo pueden llegar a existir cuando el yo se fusiona con algo que está más allá de sí mismo. La mutualidad es el movimiento que tiende un puente sobre la brecha entre la dualidad y la unidad. Allí donde haya separación, deberá llegar a haber mutualidad para eliminar esa separación.

No se puede crear nada a menos que exista mutualidad, sea una nueva galaxia, una obra de arte o una buena relación entre seres humanos. Esto se aplica aun a la creación del más simple de los objetos. Tomemos este ejemplo para ilustrar este principio. Primero, la idea del objeto debe formarse en la mente. Sin la inspiración y la imaginación creativas por medio de las cuales la mente se extiende más allá de su conciencia previa de lo que ya existe, no se puede formar ni siquiera un plan. Este aspecto creativo debe entonces cooperar con el segundo aspecto de la mutualidad: la ejecución, que implica labor, esfuerzo, perseverancia y autodisciplina. A menos que la idea creativa y todas aquellas actividades que son más mecánicas y determinadas por el ego trabajen juntas en armonía, el objeto no podrá ser creado. El primer aspecto, el pensamiento y la inspiración creativos, nunca podrá completar la creación a menos que se aplique a la empresa el segundo aspecto de ejecución. Esto se aplica a todo, sin excepción. Sea que crees un objeto, compongas una sinfonía, pintes un cuadro, escribas una novela, cocines una comida, busques nuevos descubrimientos científicos, sanes la enfermedad, crees amor mutuo o te desarrolles en el camino de la autorrealización, esta ley de mutualidad se aplica a todos los intentos, a todo lo que se cumple exitosamente y a toda autoexpresión significativa.

Tal síntesis de creatividad, imaginación e ideas por un lado, y ejecución por el otro debe suceder aunque estos procesos y actitudes parezcan ser bastante ajenos entre sí. La actitud creativa es una manifestación espontánea que fluye libremente. La ejecución es un acto que llega a través de la determinación de la voluntad del ego. Es más mecánica y laboriosa, y requiere consistencia y esfuerzo. Tiene características totalmente diferentes de la afluencia espontánea y sin esfuerzo de las ideas creativas. Los seres humanos son no creativos por dos razones: o no están dispuestos a adoptar la autodisciplina necesaria para seguir hasta el final sus ideas creativas, o están demasiado contraídos emocional y espiritualmente para abrir sus propios canales creativos individuales. En el primer caso, se rehusan de modo infantil a tomarse el trabajo de tratar con las dificultades, los ensayos y errores; en el segundo caso, les falta inspiración. Estas dos actitudes desequilibradas se equilibran gradualmente cuando los individuos crecen en el camino y empiezan a resolver sus conflictos internos. Las personas sanas y equilibradas que se han encontrado a sí mismas siempre encuentran sus modos personales de expresión creativa, los cuales dan la más profunda satisfacción.

VERSION PRELIMINAR SUJETA A REVISION

Un desequilibrio de estos dos aspectos de la creación es particularmente llamativo en el área de las relaciones humanas. La experiencia creativa, espontánea y sin esfuerzo que reúne inicialmente a dos personas en atracción y amor, ocurre todo el tiempo; sin embargo, esta conexión raramente se mantiene. Se dan todo tipo de explicaciones para esto, pero lo que sucede principalmente es que se descuida el trabajo de resolver las discrepancias interiores. Prevalece la idea infantil de que una vez que ha tenido lugar el acto inicial, el yo no tiene poder para determinar el curso de la relación. Generalmente, la relación es tratada como si fuese una entidad separada que rige su propio curso, sea favorable o desfavorablemente. Hablaremos más de este concepto erróneo en la próxima sección de nuestra charla.

El universo entero consiste en el armonioso interjuego mutuo entre la imaginación creativa sin esfuerzo y la ejecución, que siempre requiere trabajo, inversión, compromiso y autodisciplina. Este puente de mutualidad es un aspecto muy importante de la unidad y la creación. La mutualidad no es lo mismo que el principio unificado mismo el cual se contrapone al principio dualista. La diferencia entre el principio unificado y el principio de mutualidad es que este último conduce a la unificación y es en realidad, el movimiento hacia ella. No es aún la unificación misma.

Para que la mutualidad opere debe haber un movimiento expansivo recíproco hacia otra actitud, aspecto o persona. Dos movimientos expansivos deben fluir el uno hacia el otro en un interjuego armonioso de dar y recibir, de cooperación mutua y de apertura positiva. Esto significa que, de hecho, dos corrientes-del-Sí deben moverse la una hacia la otra. En los seres humanos la habilidad de aceptar, soportar y sustentar el placer puede aumentar sólo gradualmente y es una de las metas más difíciles de lograr. Esta habilidad depende directamente de la integración y la unidad de la persona. En consecuencia, la mutualidad depende de la habilidad de la entidad para decir "sí" cuando se le ofrece un "sí".

Esto nos trae a la segunda sección de esta conferencia. ¿Cómo se aplica el principio de mutualidad al estado de desarrollo actual de la humanidad? Con respecto a la mutualidad, el desarrollo de la humanidad puede determinarse por medio de tres gradaciones. El ser humano menos desarrollado y que está aún lleno de miedo y de conceptos erróneos, sólo puede expandirse muy poco. Dado que la expansión y la mutualidad son interdependientes, en este nivel la mutualidad será imposible en la medida en que la expansión sea negada.

En alguna medida todos los seres humanos tienen miedo de abrirse, como sabes bien. Al empezar a hacer este trabajo interior puede ser que no sospecharas que tal miedo existía en ti. O si lo sospechabas, puede ser que lo hayas evadido dando explicaciones falsas porque te daba demasiada vergüenza admitirlo. Pensabas equivocadamente que había en ti algo especialmente equivocado, algo que no tenía ningún otro ser humano valioso. Por lo tanto, no debías permitir que nadie sospechara que tenías este defecto. Pero al continuar, aprendiste a admitir y aceptar completamente, y a entender de manera correcta la universalidad de este problema tuyo. Entonces, después de un trabajo diligente, muchos de ustedes son capaces ahora de reconocer su miedo a abrirse y expandirse. Puede ser que a veces seas bastante consciente de este miedo y que veas cómo retienes tu energía, tus sentimientos y tus fuerzas vitales porque crees que estarás más a salvo a través del control que ejerces cuando estás contraído. En la medida en que esto siga siendo verdad habrás de tener problemas con la mutualidad. Las personas menos desarrolladas y más alienadas de su verdad interna negarán cualquier tipo de expansión y por lo tanto, cualquier mutualidad. No obstante, esto no significa que su anhelo de ella sea eliminado; el anhelo siempre está allí. Sin embargo, también es verdad que las entidades se las arreglan para aplastar el anhelo de

expansión y mutualidad quizás durante encarnaciones enteras, sin volverse conscientes del sentimiento de que hay muchas cosas que están faltando en sus vidas. Se contentan con la pseudo seguridad de la separación y la soledad ya que esto ofrece menos amenazas, o así parece.

No obstante, cuando el desarrollo prosigue un poco más, el anhelo se vuelve más fuerte y más consciente. Hay muchos grados y muchas alternativas pero - hablando de un modo muy simplificado con el propósito de tener claridad - las personas que están en la segunda etapa son aquellas que están dispuestas a abrirse pero que aún tienen miedo de hacerlo cuando surge una oportunidad para la mutualidad real. El único modo en que las personas que están en esta etapa pueden experimentar la dicha y el placer de la expansión y la unión, es en la fantasía. Esto lleva a una fluctuación muy común y frecuente: tales personas están convencidas de que su fuerte anhelo indica que están realmente listas para una mutualidad real. Después de todo, su experiencia es muy hermosa en sus fantasías. El que no lo experimenten aún en la realidad lo atribuyen a su falta de suerte para encontrar la pareja correcta con quien podrían realizar estas fantasías. Cuando finalmente aparece una pareja, el viejo miedo aún está allí, desenfrenado. Los movimientos del alma se contraen y la fantasía no puede realizarse. Generalmente, esto se explica por medio de todo tipo de circunstancias externas, que hasta pueden ser verdad. Puede ser que la pareja tenga realmente demasiadas obstrucciones como para ayudarlos a realizar su sueño. Sin embargo, ¿no indica este hecho mismo que en la psiquis de la persona debe estar funcionando alguna fuerza profunda que se asegura de atraer la pareja con la cual la contracción parece justificada? Ya que el yo más profundo siempre sabe dónde se halla una persona. Si todavía está faltando la disposición para enfrentar los asuntos más profundos con verdad, los subterfugios y las excusas son muy necesarios para la preservación del ego. Pero el fracaso en la relación siempre indica que el yo todavía no está listo para poner en práctica la verdadera mutualidad.

Muchas personas continúan pasando alternadamente por períodos de soledad y agudo anhelo, y luego por un tipo de plenitud temporal en la cual las obstrucciones externas o las internas impiden la mutualidad completa. Las decepciones consecuentes habrán de dar todavía más justificaciones para los miedos inconscientes que alimentan la determinación a no abrirse y ser llevado por la corriente de la vida. En las personas que están atrapadas en esta etapa, el dolor y la confusión son a menudo muy profundos. Pero este dolor y esta confusión conducirán con el tiempo al compromiso completo de reconocer la fuente interna real de esta fluctuación.

Raramente se entiende el significado de esta etapa. El dolor y la confusión están allí porque no se reconoce el verdadero significado de la fluctuación. Cuando una persona que está creciendo llega a ver que los períodos de soledad le proporcionan cierta oportunidad de abrirse con una relativa seguridad y de experimentar aunque sea indirectamente algún tipo de plenitud sin tomar los riesgos necesarios, ha dado por cierto un paso sustancial hacia la autorrealización. De manera concomitante, esto mismo sigue siendo verdad cuando la persona reconoce el verdadero significado subyacente de las dificultades con las que se ha encontrado durante los tiempos de las relaciones tentativas. Los períodos alternados de soledad y relación tienen sus propias válvulas de seguridad incorporadas: cada uno preserva al yo en su estado separado y simultáneamente, lo ayuda a aventurarse a salir en la medida en que la entidad esté lista para salir de la separación.

Pero en un punto del camino individual de evolución todos llegan a reconocer completamente cuán dolorosa es esta fluctuación, lo cual conduce subsecuentemente a un compromiso a estar abierto a la mutualidad y la plenitud, al interjuego y la expansión, a la cooperación y el placer positivo. Esto requiere siempre abandonar el placer negativo

y la pseudo seguridad. Entonces el alma se vuelve lista para aprender y experimentar, para arriesgarse a la mutualidad, el amor y el placer, y para funcionar con seguridad en un estado abierto.

En la tercera etapa están las personas relativamente capaces de sustentar la mutualidad real - no en la fantasía, no sólo en el anhelo, no en una situación "como si". No es necesario decir que no todas las relaciones estables en esta Tierra indican mutualidad real. De hecho, muy, muy pocas lo hacen. La mayoría de las relaciones se forman por otros motivos, o bien se abandona la motivación original de mutualidad cuando no puede ser mantenida y otros motivos la reemplazan.

Éstas son básicamente las tres etapas que atraviesa la humanidad con respecto a la mutualidad. Por supuesto que estas etapas no pueden diferenciarse en términos tan exactos. A menudo se superponen parcialmente, fluctúan y se intercambian; hay muchos, muchos grados que existen y que siguen siendo verdaderos para cada uno de los varios niveles de la personalidad. Aquello que podrá ser verdad en un nivel para una persona específica, podrá no ser verdad en otro nivel.

Vayamos ahora a la tercera parte de esta conferencia, tal vez la más importante. ¿Cuáles son los obstáculos que impiden la mutualidad entre dos seres humanos? Esto se explica generalmente, y con bastante exactitud en parte, por los problemas que tienen los seres humanos. Sin embargo, esto no dice realmente lo suficiente.

La mutualidad puede existir sólo en la medida en que los individuos involucrados conozcan el mal de su lado destructivo previamente oculto y estén en contacto con él. Inversamente, la mutualidad no puede ocurrir si hay una grieta entre el esfuerzo consciente por alcanzar la bondad, el amor y la decencia, y el inconsciente que está empeñado en la destructividad, el odio y la negación. Enfatizo aquí que la mutualidad está ausente no porque los aspectos malos todavía estén allí sino porque falta conciencia de ellos. Ésta es una distinción sumamente importante. Generalmente, los seres humanos enfocan este problema precisamente del modo opuesto. Creen que primero deben erradicar el mal que aún existe ya que de no ser así, no son merecedores de la dicha que proviene de la mutualidad. Reconocer el mal es demasiado atemorizante, entonces la grieta entre la percepción consciente del yo y la negación inconsciente del yo se ensancha a medida que transcurre la vida.

Si estás alienado de tu propio inconsciente, habrás de actuar aquello que en lo profundo de ti mismo sabes que existe dentro de ti. Lo actúas con otra persona y afectas el nivel similarmente inconsciente y escondido de esa otra persona. A menos que se aplique esta clave, las relaciones habrán de deteriorarse o volverse trilladas, y la mutualidad en el verdadero sentido no podrá desplegarse. Por lo tanto, es crucial que logres un contacto creciente con los aspectos destructivos inconscientes de tu ser. Desde que empezamos a trabajar en este camino hemos tenido precisamente esa meta, y sin embargo, ¡qué difícil parece para el individuo tender un puente sobre la brecha entre el bien consciente y el mal inconsciente! ¡Cuánto lucha cada uno y cuánta gente está tentada de dejar del todo esta empresa porque aceptar aspectos de sí mismos previamente inaceptables parece demasiado doloroso y difícil! Sin embargo, a menos que esto suceda, no se puede vivir la vida verdaderamente.

A menos que seas completamente consciente de tu propio yo, tu escisión interior habrá de reaparecer como una escisión entre tú y los demás. Volverse consciente es empezar a reparar la grieta; la conciencia disminuye la grieta. Con el tiempo, la conciencia habrá de llevar a la aceptación de lo que ha sido negado previamente. Si no hay mutualidad entre tú y todos los aspectos de ti mismo porque tus pautas, tus demandas y tus

expectativas de ti mismo no son realistas, es absolutamente impensable que pueda existir jamás la mutualidad entre tú y los demás.

Cuando rechazas el mal que está dentro de ti, la mutualidad entre tú y tú mismo está ausente. Al rechazar el mal, ignoras y niegas la energía vital, original y creativa que está contenida en todo mal. Para volverte completo debes hacer que esta energía esté disponible para ti. Sólo se puede transformar la energía cuando eres consciente de su forma distorsionada, pero si rechazas su manifestación actual, ¿cómo podrás volverla a su estado original? En consecuencia, permaneces escindido en tu interior. Y cuando esta escisión no es consciente, la escisión se refleja en tus relaciones o en la falta de éstas. Por malo e inaceptable que pueda ser en ti cualquier rasgo específico, por indeseable y destructivo que sea, la energía y la sustancia que lo constituye es una fuerza vital sin la cual no puedes funcionar plenamente. Sólo como persona completa puedes sustentar el placer, y sólo como persona plenamente consciente puedes ser completo. Sólo entonces podrás no bloquear el movimiento expansivo y permitirte fluir saliendo de ti hacia el universo de otra entidad, mientras que permaneces abierto para recibir las corrientes de energía y los movimientos del alma que fluyen desde la otra persona.

Tu desunión contigo mismo no puede traer unidad con los demás. Es una insensatez total esperar esto. Sin embargo, no tienes que esperar a volverte primero totalmente unificado. Si tomas tus relaciones en curso y las usas como medidas con las cuales evalúas dónde está tu propia escisión interior y dónde estás situado con respecto a tu disposición a aceptar lo negativo que hay en ti, crecerás en una mayor aceptación de ti mismo. Simultáneamente, tu habilidad para tener mutualidad crecerá en proporción a tu aceptación de ti mismo. En consecuencia, tus relaciones mejorarán y se volverán mucho más profundamente llenas de sentido. La aceptación de cualquier cosa que hayas rechazado en ti porque te negabas a volverte consciente de ella, producirá inmediatamente una aceptación y un entendimiento mayores de otras personas con las cuales tienes que tratar. Entonces, la mutualidad se volverá posible.

Por la misma razón, si no puedes aceptar el mal en ti, pensando, en efecto: "Antes de que pueda aceptarme, amarme, confiar en mí y estimarme, primero debo ser perfecto", habrás de expresar una actitud idéntica hacia la otra persona. Cuando caes en la cuenta de la realidad de que él o ella dista de ser perfecto, rechazas a la otra persona tal como sigues rechazando tu propio yo. La diferencia está en que la mayor parte del tiempo te las arreglas para no saber lo que estás haciendo contigo mismo. Esto es muy desafortunado. Te las arreglas para no ver este rechazo del yo imperfecto y del otro, tal como es. Siempre hay a mano explicaciones destinadas a que te alejes de ver cómo rechazas la realidad desagradable de ti mismo y de los demás, y cómo esto causa en ti una grieta que hace que la mutualidad y la dicha sean imposibles.

Todos ustedes pueden usar lo que digo aquí como una clave muy práctica e inmediata en su trabajo interior. Puedes mirar todas tus relaciones con tu familia, tus parejas, tus socios, tus amigos, tus conocidos de los trabajos. Mira cualquier situación de vida en la que puedas estar involucrado con otros. Mira de cerca esas relaciones si es que algo te perturba acerca de ellas. ¿En qué medida estás realmente abierto a la realidad de la otra persona? Si respondes esta pregunta honestamente y puedes ver que no estás abierto, entonces puedes usar esta clave para ti mismo. Por supuesto que puedes evadirte fácilmente de ver esto, ocupándote con tus explicaciones, justificaciones, racionalizaciones - y hasta culpándote a ti mismo agudamente, lo cual puede ser confundido fácilmente con la aceptación de sí pero que está tan lejos de ella como la abierta negación de uno mismo.

En tu mente sabes perfectamente bien que tú y los demás están lejos de ser perfectos, y expresas esta verdad de la boca para afuera. Pero, ¿lo aceptas realmente en lo más profundo de tu corazón? Cuando intentes responder esta pregunta en los niveles emocionales más profundos, verás que en muchas instancias la disposición es muy pequeña. Tus reacciones demuestran ser contrarias a lo que sabes en tu mente. Al descubrir lentamente tu intolerancia, tu crítica, tu rechazo a aceptar a los demás tal como son, automáticamente podrás saber que haces exactamente lo mismo contigo.

Ahora bien, aceptar la negatividad actuada proyectada de los demás - la cual incluye siempre el uso de una defensa que es más destructiva que cualquier cosa de la que ellos se defiendan dentro de sí mismos - es difícil, por cierto. Tu falta de habilidad para tratar apropiadamente con esta conducta destructiva actuada por los otros hacia ti refleja nuevamente tu falta de conciencia de cuándo y cómo estás haciendo lo mismo, aunque lo hagas tal vez de un modo diferente.

Es más fácil ver primero tus reacciones hacia los demás. Si puedes usar esas reacciones como indicadores, te será mucho más fácil descubrir lo que te estás haciendo a ti mismo. El daño que te infliges al negar la parte inaceptable hace que hagas precisamente lo que mencioné antes: hace que uses subterfugios destinados a encubrir lo inaceptable. Sin embargo, estos subterfugios son más inaceptables que cualquier cosa que hayas negado originalmente. De este modo, agravas tu odio de ti mismo y ensanchas la grieta.

Si estás en relaciones superficiales e insatisfactorias que carecen de profundidad, gratificación e intimidad, y en las cuales te revelas sólo superficialmente - revelando tal vez sólo tu imagen idealizada de ti mismo, la cual piensas que es tu única parte aceptable - tendrás nuevamente un buen indicador de dónde estás dentro de ti. Ni siquiera te arriesgas porque eres incapaz de aceptarte a ti mismo. En consecuencia, ni puedes creer que jamás puedan aceptar tu yo verdadero y genuino ni tampoco puedes aceptar a los demás tal como son en su estado actual de desarrollo. Todo esto excluye la mutualidad.

En el movimiento de abrirse e incorporar la dicha relajada de fluir hacia adentro de otro campo de energía y aceptar la emanación del otro campo de energía, esta dicha es insoportable y parece peligrosa para aquellos que se odian a sí mismos. Cuando te contraes después de cada apertura temporal, puedes darte cuenta de que esto no sucede porque seas malo y no merezcas la dicha sino porque no puedes aceptar la totalidad de las fuerzas y las energías tal como existen en ti ahora. Por lo tanto, permaneces encerrado en las contracciones y no puedes convertirlas en expansiones.

Entonces, el principio de mutualidad debe aplicarse primero a la relación entre tú y tu yo interno. Sólo entonces podrá extenderse a tu relación con los demás. Pero permítanme decir aquí, mis amigos, desde la perspectiva de un grado más elevado de conciencia, que toda la separación que parece tan real en su reino es tan ilusoria como la separación entre sus dos yoes. Es un artefacto que llega a existir exclusivamente a causa de lo que es negado. Al cerrar tus ojos y tu conciencia a la persona total que eres en esta etapa - cualquiera cosa que sea esta persona - creas lo que parecen ser dos yoes: el aceptable y el inaceptable. Pero en realidad no son dos entidades: eres ambos, sea que elijas saber esto ahora o no. Pero, ¿eres realmente dos personas? Por supuesto que no. La misma ilusión prevalece con respecto a todas las entidades aparentemente separadas. Aquí también la separación es una construcción arbitraria y artificial de la mente, por así decirlo. En realidad, tal división no existe. Puede ser que no sea fácil para ti sentir esto en esta etapa, pero el hecho es que los seres humanos viven en esta ilusión general de separación que es la causa del dolor y la lucha. En realidad, todo es uno y cada entidad está conectada con todo lo demás en el universo - y esto no

es una mera forma de hablar. Una sola conciencia impregna el universo y todo lo que hay en él. Pero sólo podrás empezar a experimentar esta unidad cuando ya no haya ninguna parte de ti que esté excluida, negada o escindida.

¿Hay alguna pregunta en conexión con este tema?

PREGUNTA: ¿Puedes hablar de los aspectos de la mutualidad en los niveles físico, mental y espiritual desde el punto de vista energético?

RESPUESTA. Sí. Desde el punto de vista energético, el movimiento de expansión es un movimiento que fluye hacia afuera. Cuando dos seres humanos separados se abren el uno al otro en mutualidad, siendo capaces de aceptar un flujo abierto sin contraerse, la energía de uno penetra en el campo de energía del otro y viceversa. Es un constante intercambio y flujo mutuo. Con las personas que permanecen separadas, que se contraen y no pueden abrirse a la mutualidad, es diferente; dos personas así permanecen encerradas, cada una como una isla, intercambiando muy poca o ninguna energía. Y cuando el intercambio de energía está bloqueado, el gran plan evolutivo se demora.

En el caso en que una persona pueda abrirse sólo cuando no hay posibilidad de mutualidad o cuando una corriente-del-Sí deba encontrarse con una corriente-del-No porque la mutualidad aún parece demasiado atemorizante, una corriente de energía fluye hacia afuera pero reverbera y rebota, arrojada de vuelta por el campo de energía cerrado del otro. Este último es como una pared que hace rebotar cualquier flujo entrante. Entonces, los dos flujos nunca pueden volverse uno. Este fenómeno puede observarse fácilmente en la vida cotidiana de las personas. Siempre se enamoran cuando no son correspondidos o bien, por razones aparentemente insondables, dejan de estar enamorados cuando su pareja tiene sentimientos profundos. En un grado más sutil existe el mismo principio en relaciones en curso: cuando una persona está abierta, la otra está cerrada y viceversa. Sólo el desarrollo y el crecimiento estables cambian esto de modo que ambos aprenden a permanecer abiertos el uno al otro.

En los niveles espiritual y emocional, la etapa más baja indica un agudo estado de miedo. El miedo a aceptar el yo en su etapa actual es esencialmente el mismo miedo que quiere huir de la mutualidad y la dicha verdaderas. Dado que el miedo está allí, también habrá de llegar a existir el odio con todos sus derivados.

Los niveles mentales son afectados por este proceso de evitar cuando una persona busca explicaciones que están a mano para aquello que no puede entenderse a menos que se acepte el yo tal como es ahora. La actividad mental se vuelve tan intensa que no puede sintonizarse con las voces más elevadas que están dentro del yo, con las verdades más profundas del universo. De este modo, se engendra más separación. El ruido mental crea más desconexión de los sentimientos y del estado que creó esta condición en primer lugar. Una persona o entidad así es forzada por su propia elección a vivir en un estado constante de frustración y de falta de plenitud. Físicamente esto crea, por supuesto, todos los bloqueos en el cuerpo que ya conoces tan bien.

En la segunda etapa, en la que tienen lugar la apertura y la contracción alternadas, la actividad mental de la persona está confundida. El buscar y el andar a tientas no pueden dar respuestas verdaderas en tanto no se acepte el yo con lo peor que tiene. La confusión mental crea más frustración y enojo. Las interpretaciones defectuosas que se supone que explican porqué a la persona siempre le está faltando la mutualidad, sólo aumentan la frustración y por lo tanto, el enojo y el odio. En el nivel emocional, el anhelo y la decepción alternan con la plenitud en la fantasía. Esto indica algún grado de

apertura y de flujo, aunque sin mutualidad real. El retraimiento y la contracción también incluyen enojo y odio, decepcionarse y echar la culpa.

Cuando la autoaceptación hace posible la mutalidad y se intercambia energía, los movimientos universales fluyen en forma pareja. Lo que prevalece allí donde los individuos se encuentran en el ritmo eterno y en armonía con el universo, es que los principios de expansión, contracción y estático alternan sanamente

Sean benditos, mis muy queridos. Que esta conferencia sea nuevamente como una pequeña luz prendiéndose en ti, dándote esperanza y fortaleza, mostrándote el camino desde otro lado más, y conduciéndote con más fuerza a aceptarte a ti mismo exactamente como eres ahora. No te abandones a nada, no des excusas por ello sino percíbelo tal como es. Acepta plenamente la imperfección, sin agregarle nada ni exagerarla de modo tal que retrocedas ante ella con vergüenza y miedo. Todas estas distorsiones deben desaparecer ya que son trampas mucho más desastrosas que cualquier aspecto por el que te odies a ti mismo. Cuando encuentres y apliques esta actitud, encontrarás tu felicidad y la verdad que te une contigo mismo y con el universo.

Copyright © por la Pathwork Foundation