

## **AFECTAR Y SER AFECTADO**

Saludos y bendiciones para todos ustedes que están aquí, mis muy queridos amigos. Todos nosotros somos amigos. Hay entre nosotros una profunda conexión interior, ya manifiesta o allí potencialmente, en el plano de la realidad interna. Allí donde hasta ahora es sólo algo potencial, por cierto que es posible realizarla. Nuestra meta es encontrar el núcleo de tu ser real y así, de tu existencia real. La existencia real es luz y belleza. En la existencia real no hay nada que temer. La guía que he dado en todos estos años te dirige paso a paso a través del laberinto de tus ilusiones – el laberinto de tus miedos ilusorios a la vida, al yo. Todos los pasos que das para evitar reconocer que de hecho experimentas este yo ilusorio, te alienan de tu núcleo, de tu verdadera existencia en un estado de dicha, en la cual sabes que no hay nada que temer. Pero debes atravesar el miedo para encontrar que es una ilusión y para elegir si quieres o no seguir viviendo en la ilusión. Abandonarla requiere esfuerzo y disposición a cambiar y a arriesgarte a modos desconocidos de vivir y de ser.

¿Cuál es el miedo, mis amigos? Existe en muchas formas y con muchas variaciones; sin embargo, hay un denominador común: tienes miedo de los aspectos destructivos y demoníacos de las partes distorsionadas y temporarias de tu ser interior. Tu conciencia, en su estado de separación, no puede reconciliarse con estos aspectos destructivos. No puede, no sabe cómo aceptarlos. Tiene miedo de ser abrumada por las energías destructivas justamente porque nunca las ha aceptado. Tu conciencia es demasiado orgullosa e impaciente, está demasiado adaptada a la visión y el pensamiento que limitan como para hacer lugar a todos los opuestos que existen dentro del alma humana. Y entonces, debido a la tendencia limitadora de tu conciencia, los opuestos no pueden trascenderse. Sólo cuando la distorsión es aceptada plenamente, puede transformarse y volver a su estado original – a la fuerza hermosa y creativa que te da energía, poder y dicha. No puede haber modo de entrar a la realidad dichosa a menos que abandones los anhelos ilusorios que hacen que no estés dispuesto a enfrentar tus aspectos irracionales y destructivos.

Esto me trae al tema de la conferencia de esta noche. Me gustaría hablar particularmente de cómo afectas tu entorno cuando operas desde el nivel destructivo de tu ser. ¿Cómo afectas a los demás? E inversamente, ¿cómo eres afectado por otros que actúan desde sus niveles destructivos? No es fácil comprender este tema muy complicado y extremadamente importante. Sólo puedes conectarte verdaderamente con él y hacer algo útil para ti a partir de ello cuando ya has logrado tener un cierto grado de percepción interior del yo irracional y primitivo dentro de ti. Cuando llegas al punto en el que ya no necesitas negar y proyectar esta parte mala ni defenderte contra ella, cuando puedes reconocerla claramente, entonces puedes tratar de verdad con las complicaciones que surgen de la interacción humana en los niveles escondidos de tu destructividad y tu ignorancia, y las de otras personas.

Todos los seres humanos sufren de un conflicto y dolor básico; existe siempre, sean conscientes o no de él los individuos. Nuevamente, cuanto más consciente seas de él, mejor podrás enfrentarlo y tratar con él y antes lo resolverás. El conflicto es el siguiente: en el nivel primitivo e irracional, odias y quieres destruir insensatamente, y ya casi no sabes por qué odias y quieres destruir. En este nivel eres totalmente egoísta, y por lo tanto no estás dispuesto a aceptar ninguna frustración, pequeña o grande; no estás dispuesto a tratar con ninguna dificultad, y por lo tanto no puedes hacer valer de modo

efectivo tu personalidad. Cualesquiera sean las razones, el odio irracional y el deseo de destruir existen en cada uno de los seres humanos.

Te la ingenias para no darte cuenta de tu odio y tu destructividad, y ésta es la raíz de toda enfermedad y sufrimiento emocional. A medida que progresas en la disciplina de enfrentarte contigo mismo, te vuelves más capaz de aceptar tu destructividad y de este modo, trascenderla. Al volverte más consciente también debes tratar con la confusión de tu culpa. La culpa oculta es devastadora porque en sí misma crea un círculo vicioso que mantiene la destructividad. Cuanto más culpable te sientes, más ocultas aquello que te hace sentir culpable y menos capaz te vuelves de disolverlo y transformarlo. Esta incapacidad, a su vez, aumenta la culpa. Cuanto más te ocultas de ti mismo, más te frustras y te privas de lo bueno que se supone que la vida sea; entonces te enojas más y te vuelves más destructivo. Aun si no se manifiesta en actos abiertos, tu culpa así llamada inconsciente te lleva a acciones y actitudes manifiestas de odio que rechazan a los demás y a la vida y a la bondad de ser.

Ahora bien, ¿cómo hay que manejar esta culpa? Hay dos escuelas básicas de pensamiento que han existido a lo largo de las épocas. Una dice que no eres responsable por tus sentimientos ni por tus actitudes no manifiestas. Sólo eres responsable por tus acciones. Entonces, si odias y deseas matar y destruir, no es necesario que te sientas culpable por ello.

La otra escuela de pensamiento dice que los pensamientos y actitudes son realidades vivientes y tienen un efecto en los demás. Entonces, existe una culpa verdadera por estos pensamientos y actitudes. También debemos considerar si es posible que la tendencia oculta a ser destructivo pueda no afectar de ninguna manera tus acciones. Dije recién que es impensable que el odio oculto no se manifieste de algún modo, aun si la personalidad se refrena de las acciones activas. Refrenarse de amar y dar también es una acción. De vez en cuando, el odio negado se manifiesta en una pasividad aparentemente inofensiva que parece dirigida "sólo" contra el yo. Pero el odio ardiente subyacente impide las acciones positivas de amar y dar; impide que uno contribuya a la vida. Entonces, en último análisis, todo acto fluye a partir de la sustancia y la energía subyacentes de la persona.

Estas escuelas de pensamiento o enfoques de la vida aparentemente opuestos existen en todos y engendran mucha confusión. ¿Cuál es verdadero? ¿Cómo manejas esta cuestión? Antes de poder hablar más de la interacción de los seres humanos en los niveles destructivos, debemos aclarar esta cuestión. ¿Es posible que ambas alternativas sean verdad? ¿Son mutuamente excluyentes?

Es necesario que te des cuenta que tu culpa por tu yo primitivo destructivo es más destructiva que la parte mala misma. Debes aceptar esta parte de ti mismo para disolverla. Además, hay una gran diferencia entre una acción abierta de destrucción y la existencia mental y emocional de este aspecto que hay en los seres humanos. Esto es verdad a pesar de lo que dije antes acerca de los efectos y las influencias de las actitudes ocultas. Sin embargo, asumir una culpa autodestructiva y corrosiva acerca de la destructividad oculta, empeora mucho las cosas. A causa de esta culpa te destruyes, y entonces te vuelves más destructivo. Te impides vivir.

Si embargo, tus pensamientos, sentimientos, deseos y actitudes tienen poder. Sólo puedes reconciliar estas verdades aparentemente opuestas mediante tus intentos honestos de hacer consciente tu propia destructividad sin justificarla con la destructividad o la limitación de los demás. En el momento en que haces eso, desactivas la destructividad, sin negarla ni esconderla. Cuando niegas tu malicia y tu egoísmo, engendras problemas para ti y para los demás. Por ejemplo, cuando niegas,

necesitas echar la culpa y acusar para hacer a otros responsables por aquello de lo que te sientes demasiado culpable como para enfrentar honestamente. Aun tú, que trabajas tan diligentemente en este camino, te enfocas en la maldad real o imaginaria de los demás para así negar la propia. Distorsionas y exageras para falsificar. Tratas con verdades a medias – porque lo que usas como argumento contra otros puede incluir elementos de maldad real que hay en ellos, pero estos no son responsables por tu desdicha. Tu insistencia en que lo son es una manifestación profunda de negación de la responsabilidad por ti mismo y de dependencia. En efecto, dices: “Soy dependiente de la maldad de los demás o de su ausencia de maldad.”

No es difícil ver el dilema en el que te pone esto. Si en un nivel semiconsciente expresas este mensaje en la vida, en un nivel más profundo de tu inconsciente debes pagar el precio y entonces también habrás de expresar en la vida: “Mi maldad es responsable por el sufrimiento de los demás.” De este modo fluctúas entre la dependencia infantil, en la ilusión de que eres impotente ante las malas acciones de los demás, y la omnipotencia, en la ilusión de que los demás son víctimas de tu estado incompleto.

Inversamente, en el momento en que asumes completa responsabilidad por tu sufrimiento, buscando tus propias distorsiones y tendencias destructivas, te liberas de la culpa, por equivocados que puedan estar los demás. Sabrás por experiencia personal que tal como tú puedes ser afectado por la destructividad de los demás sólo en la medida en que ignoras tu propia negatividad, así también los demás sólo pueden ser afectados por tu negatividad en la medida en que niegan la suya.

Reconocer tu propio yo irracional, sin volverte totalmente ese yo, te libera. Concentrarte en los males de los demás es en sí mismo un acto destructivo y hace imposible que pelees realmente con el mal dentro de ti. No estoy diciendo que en un conflicto deberías asumir toda la responsabilidad y absolver a la otra persona. Toda vez que hay una interacción negativa, ambos deben compartir la responsabilidad. Pero comparar y medir tu propia responsabilidad con la del otro para hacerte la víctima en el nivel emocional es equivalente a la negación de tu propia parte, aun si afirmas de la boca para afuera la idea de que tú también contribuyes a la interacción. Lo que sucede invariablemente cuando buscas tu propia contribución a una interacción negativa es que empiezas a ver cómo ambos se afectan entre sí desde sus niveles destructivos. Entonces compartes la responsabilidad verdaderamente. Darse cuenta de esto es extremadamente liberador. Te libera de la culpa corrosiva, sin eliminar la responsabilidad que es tuya. Te permite ver y expresar la parte de la otra persona en el efecto mutuo sin volverte un juez acusador que se hace la víctima. Esto tiene un efecto beneficioso y en general hace que tus expresiones sean efectivas, si la otra persona tiene un mínimo de disposición a comunicarse honestamente. Si la otra persona no está dispuesta, esto ya no es para ti una frustración debilitante. Ya no dependes de probar tu inocencia. Ves y sabes la verdad. El conocimiento claro te hace fuerte y disuelve la energía negativa. Cuando ocultas tu maldad detrás de la maldad de los demás, invariablemente te vuelves débil y tu pelea no es efectiva. La pelea efectiva, la agresión sana, sólo se vuelve posible cuando ya no te escondes de tu propia percepción interior honesta y de tu propia destructividad – cuando dejas de ser hipócrita en este nivel muy sutil.

Entonces ven, mis amigos, las orientaciones aparentemente opuestas se reconcilian mediante la clave que les estoy recomendando de manera constante: Enfrenta tu maldad – tu irracionalidad, tus aspectos destructivos y primitivos – sin perder de vista el hecho de que éste es sólo un aspecto menor de ti. Si te identificas completamente con tu parte destructiva oculta, es imposible vivir y asumir responsabilidad por ella. Sin embargo, cuanto más la ocultas, más crees secretamente que éste es tu yo real, tu única verdad. Cuando lo sacas del escondite, caes en la cuenta de la maravillosa realidad de que eres mucho más de lo que habías creído secretamente. Al usar esta

clave, no pones en acción la maldad, directa o indirectamente – no diseminas el mal. Puedes tratar directa y efectivamente con tus malos pensamientos, sentimientos y deseos cuando los reconoces. En el momento en que los niegas, se disemina el veneno de ti hacia los demás y a través de tu propio sistema psíquico y físico.

Si observas verdaderamente tus interacciones en tus relaciones, podrás verificar cada día de tu vida que la clave de la vida es el reconocimiento honesto de tu parte primitiva y destructiva. Esta clave te hará capaz de sostener la dicha del mundo real, que trata de comunicársete de manera constante y de la que te resguardas a ciegas en tanto niegas con temor tu negatividad.

Hablemos también ahora de cómo afectas a otros desde los niveles positivos, autorrealizados y purificados de tu ser. Estos niveles claros y libres en los que estás en la verdad y amas – en los que das de ti mismo y sin embargo, eres fuerte, te haces valer y no permites que la destructividad de otra persona te dañe – tienen un fuerte efecto en tu entorno. El efecto se manifiesta en todos los niveles. En el nivel de la acción y las palabras tienes una fortaleza particular, una influencia directa para el bien, y das un ejemplo, aunque tu fortaleza sea a veces mal entendida. Aquellos que traten de hacerte responsable por su sufrimiento y te imputen su maldad, no tendrán éxito porque tú has aprendido a enfrentar tu yo destructivo. Tu libertad podrá a veces causar resentimientos, pero a largo plazo tiene un efecto purificador. En los niveles inconscientes, las energías que emanan de ti tienen un efecto aún más fuerte. Tu energía pura puede penetrar la oscuridad y dispersar el veneno de la negatividad de otros. Entonces, una persona libre puede saltar las capas de maldad y activar lo mejor en los demás. Esto podrá darles a las otras personas un indicio de lo que ellas pueden ser, de modo que ya no tengan que esconderse de sí mismas.

En cualquier medida en que estés así liberado, en esa medida puedes disolver el mal en ti y en los demás. Afectas los niveles de realidad psíquica igualmente liberados de los demás, de modo que se genera de manera creciente una energía maravillosa. Esta energía se multiplica y se disemina, uniéndose con otras corrientes de energía similares. Junta momentum. Se filtra a través de la lóbreguez y la oscuridad que la negatividad crea. Penetra las venenosas paredes de separación creadas por la ignorancia, la ilusión y la malicia. Y ahora sabes de qué depende esta fortaleza en ti: de reconocer constantemente la destructividad irracional que hay en ti.

Cuando estés en un estado intermedio, usando esta clave a veces, pero a veces no, habrá una batalla fluctuante entre tú y otros en los niveles inconscientes. Allí donde tu estado liberado todavía sea débil, podrá sucumbir a la ferocidad de la culpa que te eche una persona que todavía niega fuertemente su responsabilidad por sí mismo y, por lo tanto, agranda su acusación llena de despectiva superioridad. En otras instancias y relaciones tu verdadera fortaleza liberada podrá ganarse, aunque tan sólo sea en cierta medida, el yo negativo debilitado de otra persona, cuyas proyecciones y acusaciones no pueden ser contrarrestadas cuando tú mismo estás en un estado de negación y acusación, pero que pueden ser contrarrestadas fácilmente cuando tú estás liberado mediante el reconocimiento de tu propia destructividad.

Cuando los niveles inconscientes de dos personas se afectan entre sí, los estados variantes y fluctuantes de ambas deben ser tomados en cuenta. En cualquier momento, el resultado es determinado por el grado en que cada uno de ellos o ambos usan la clave de la vida. La guerra y la destrucción mutua es el resultado final de que dos entidades – naciones o individuos – no usen la clave. Cuanto más uses esta clave y dejes de esconderte detrás de los males de otros, más fortalecerás todo tu ser y permitirás que tu yo real se manifieste. Éste, a su vez, se combinará con los aspectos liberados de los demás y los alentará, mientras trasciende la negatividad de ellos. De

este modo los ayudarás a saber que sus aspectos negativos no son la totalidad de su realidad y a experimentar su yo real más allá de esa negatividad. Esta interacción ocurrirá no necesariamente por lo que digas sino por cómo afectes su ser. Además, lo que digas tendrá un impacto diferente. Cómo lo dices, cómo actúas, cómo te sienten los demás, estará determinado por cuánto aceptas tus propia negatividad. De este modo diseminas el bien.

Tu destructividad no reconocida, proyectada, afecta inmediatamente a su contraparte en los demás. La acusación mutua, el echar la culpa con despectiva superioridad, la compulsión a reunir argumentos en contra del otro – todas estas tácticas evasivas producen lucha y conflicto, dolor y confusión.

Ahora, revirtamos el proceso. ¿Cómo eres afectado por los demás? Unos cuantos seres humanos viven con una cierta armonía y fortaleza, habiendo llegado mediante el trabajo en sí mismos al punto en el que ya no inician destructividad. La mayoría de los seres humanos están todavía en el estado de defensa temerosa contra el vivir, aun cuando no haya causa para ello y estén en contacto con aquellos que están listos para darles amor y ayuda. De ese modo diseminan el mal al estar cerrados a la verdad y el amor, a dar y recibir. Pero un cierto número de seres humanos desarrollados ya no están en ese estado y son, como dije, lo suficientemente libres como para dar lo mejor de sí, sin defenderse. Sin embargo, esto todavía no los hace inmunes a la destructividad de los demás. Podrán ser afectados fácilmente por los pensamientos y sentimientos negativos inconscientes, por la energía poluída de otras personas, permaneciendo así como víctimas y dependientes. Es como si expresaran en la vida: “Demando la perfección a mi alrededor para poder permanecer en lo que he logrado, para poder permanecer en mi estado que se ha vuelto claro, en mi estado dichoso.” Cuando éste es aún el caso, es necesario progresar mucho más, ya que la verdadera inmunidad a la destructividad de los demás llega sólo cuando ya no existe esta dependencia. Cuando la negatividad de otro te afecta, debe haber en ti dudas de ti mismo y culpa, como resultado de no haber enfrentado todas tus confusiones y tus impulsos destructivos. Por mucho que lo hayas hecho, hay todavía áreas que no están claras; de no ser así no serías tan vulnerable y no te afectarían tanto los males de los demás. Esto significa que todavía debes volver a la vida en la Tierra y vivir en esta esfera de dualidad en la que debes batallar con los opuestos – placer y dolor, vida y muerte, bien y mal. No puedes trascender estos opuestos en tanto no uses la clave de la vida.

Cuando eres tan afectado por la negatividad de los demás, por cierto que debes explorar qué es lo que te hace tan vulnerable. Esta dependencia y vulnerabilidad en el nivel psíquico corresponde a una refutación psicológica de la responsabilidad por ti mismo y a la insistencia en culpar a la vida o a los demás por tu desdicha. Debe haber alguna área en la que no te estás enfrentando contigo mismo honestamente, ya que si lo haces de manera total, la energía negativa y la emanación de los demás habrán de ser totalmente ineficaces contra ti. No necesitarás construir defensas falsas que repelen todo, de manera que nada te llega. Después de todo, una razón por la que son construidas estas defensas es para resguardarte del dolor de la crueldad y la hostilidad de otras personas, de las demandas injustificadas que le hacen al mundo y por lo tanto, también te hacen a ti. Podrás ser bastante consciente de este miedo, pero sólo gradualmente empiezas a explorar y descubrir que estas defensas te resguardan de todo y de cada cosa que la vida tiene para dar con tanta abundancia. Entonces, las defensas te perjudican. Impiden que el bien de la vida entre en ti, e impiden que lo mejor de ti salga a la vida, llenándote con lo mejor que hay – tus propios buenos sentimientos.

Cuando abandonas tus defensas puedes fundirte con la vida, fundirte con la sustancia psíquica de los demás, intercambiando amor y verdad. La verdad universal se manifiesta de modo único en cada individuo. La variedad de manifestaciones le da a

vivir una excitación especial, sin perturbar la profunda paz interior de uno. El flujo de intercambio te enriquece tan profundamente que no hay palabras para describirlo. Es exactamente lo opuesto a vivir encerrado en tus paredes defensivas que te separan completamente y crean una gran soledad. Estas defensas crean una existencia muy dependiente, limitada y sufriente.

Por el otro lado, tal como eres ahora no puedes vivir completamente expuesto, porque no has explorado esos niveles de tu ser en los que culpas a los demás por su maldad porque rehuyes enfrentar tu propia maldad. En este estado eres profundamente vulnerable – lo cual podrá racionalizarse mediante la afirmación orgullosa de ser “sensible”. Pero esta sensibilidad no es un signo de una individualidad única en el sentido divino. Es en sí misma una distorsión, y como tal es innecesaria. En este estado “sensible” todo habrá de herirte y penetrar en ti. Si no usas de modo repetido y vigoroso la clave que te doy, necesitarás absolutamente tus defensas destructivas que te mantienen fuera de la vida.

Tu tarea es encontrar un modo de ser en el que estés defendido de manera adecuada y realista en vez de estarlo de manera autodestructiva y no realista. La defensa realista y adecuada contra la maldad de los demás es la confrontación diaria, directa, determinada y completa con tu propia maldad. Los signos de tu maldad oculta están siempre allí en tus reacciones ansiosas, enojadas y confusas. Si cesas de dejar de lado y racionalizar de modo habitual lo que te perturba, puede ser que al principio encuentres que lo que te perturba es lo que otros te hacen, que podrá parecer, o ser de hecho, una injusticia. Pero no te quedes en ese nivel, convenciéndote de que las acciones de los demás justifican y explican tu perturbación. Cuando resistes esta tentación, estás tomando en cuenta las lecciones y signos de la vida.

En un día que pasas en un estado dichoso en el que no te resguardas de la vida que viene desde el interior ni desde el exterior sino que en cambio haces contacto con tu ser más íntimo, y así con todo el universo, en el que emanas alegría y tienes un intercambio profundo y significativo con los demás, sabes que ese día no te has defendido contra nada. Pero posiblemente en ese día tuviste la fortuna de entrar en la esfera psíquica de energía y conciencia fuerte, clara, liberada y espiritual. No llegó a ti ninguna destructividad inconsciente de los demás.

Si la razón para tu dicha es esto último, ¿estás verdaderamente a salvo y eres verdaderamente libre? ¿No eres aún dependiente y estás en consecuencia inevitablemente ansioso, sea que experimentes esta ansiedad y desconfianza en todo momento o no? La respuesta es obvia. Debes avanzar con ímpetu para volverte completamente tú mismo, y por lo tanto no necesitar más las defensas destructivas que te separan y que ponen la responsabilidad por tu estado en los demás.

La mayoría de los días ofrece oportunidades de hacer esto. Tus muchas reacciones de incomodidad contigo mismo y con los demás son los indicios. Examínalas. En los incidentes de tu vida y tus reacciones ante ellos, te encuentras con el más grande de los terapeutas: la vida misma.

Allí hay algo que tienes que ver y que no has reconocido verdaderamente. ¿Por qué eres tan vulnerable? Si tomas en cuenta el dolor o la incomodidad que sufres ahora y decides con todo el vigor y la determinación de tu yo valiente que quieres ver esa parte que hay en ti que es responsable de que seas afectado por la maldad de otro, entonces no podrás dejar de descubrirla y te volverás más liberado y seguro que nunca.

Desafortunadamente, una y otra vez la tentación de concentrarte y enfocarte en los defectos o la maldad de la otra persona te separa del lugar en el que deberías estar.

Cualquier cosa que veas en los otros, podrá o no ser correcta, pero tú sólo tendrás verdaderamente paz y claridad acerca de ello cuando entiendas por completo por qué eres vulnerable a la negatividad de los demás.

No puedo enfatizar lo suficiente la necesidad de hacer uso de esta clave. Mis amigos, aquí me gustaría decirles que aquellos de ustedes que sigan este *pathwork* muy exigente pero muy real, encontrarán el estado fluido y sin defensas de seguridad, dicha y paz. El camino es tan exigente porque no deja lugar para la proyección y el escape. Algunos quedan en el camino porque todavía no están dispuestos a ir hasta el final consigo mismos y prefieren en cambio quedarse en culpar a otros. Pero aquellos de ustedes que me sigan hasta el final inevitablemente encontrarán la verdad de ser. No se puede negar que este camino es un “capataz” duro precisamente porque no permite ningún escape. Se deshace de todo el sentimentalismo que alienta tus debilidades y tus evasiones de ti mismo. Pero a causa de esto mantiene la promesa que hace, tal como muchos de ustedes están empezando a descubrir. Sólo encontrarás tus valores reales cuando juntes el coraje de encontrar tus aspectos malos y distorsionados. Entonces encontrarás tu verdadera capacidad de amar y ser amado – no como un mero ideal o una ilusión sino como una realidad cotidiana en tu vida.

Éstas no son promesas vacías ni ideales distantes. Éstas son las promesas que la vida mantiene para la persona que usa la clave de la vida en este plano de existencia. Cuanto más lo hagas, menos necesitarás defenderte contra el dolor y, por lo tanto, contra la dicha de la vida, el don de la vida que llega a ti en todo momento.

Copyright © por la Pathwork Foundation