

EXPERIENCIA INTERIOR Y EXTERIOR

Saludos, bendiciones y amor se derramen sobre cada uno de los que están aquí en donde sean necesitadas pero especialmente a través de su camino de vida. Muchas filosofías están de acuerdo sobre la importancia de la experiencia. Ellas postulan que el verdadero significado de la vida está en todas sus facetas y variaciones, en su profundidad y en su ámbito completo. La entidad que entra a esta esfera de la vida, la tierra material, es traída aquí por su correspondiente estado de consciencia. Este es un estado limitado de consciencia en el cual la realidad esta como borrosa en su mayor parte y la única manera como este estado de consciencia puede ser expandido es, por medio de la experimentación de la vida en su totalidad y desde todas sus facetas. Esto requiere regresar una y otra vez hasta que todos los bloqueos que nos impiden experimentar la vida sean eliminados, hasta que toda la vida sea saboreada, probada y asimilada.

Por lo regular, el hombre que oye la palabra “experimentar” piensa que es una experiencia externa. Este, por supuesto, no es el significado. El significado real es, la experiencia interna. Ustedes bien saben que es posible experimentar todo lo externo imaginable, pero, si la experiencia interna esta prohibida, la experiencia externa significaría muy poco. Ustedes pueden viajar a todo el mundo, pueden aprender muchas cosas, se pueden encontrar en muy diferentes situaciones y experimentar con cada una de esas inimaginables “experiencias” debajo del sol. Pueden acercarse a la vida en todas y cada una de sus maravillosas facetas: arte, naturaleza, ciencia. Pueden hacer muchas cosas, aprender todo lo que su cerebro pueda dominar pero, cuando toda la capacidad de la experiencia interna está muerta, la experiencia externa añadirá muy poco, si acaso. A menudo una experiencia externa puede incrementar la desesperación ya que sin la experiencia interna, una persona no entiende las causas y esto se puede volver muy inquietante. Esta persona puede tener todo lo que siempre ha querido y aún así, la constante queja de insatisfacción, no podrá ser eliminada. Contra más rápido quiera correr, más rápido se aferrará y más la vida parecerá que lo evade y esto es porque la capacidad de la experimentación interna no ha sido cultivada o, aún peor, inadvertidamente eliminada.

La experiencia interna será posible sólo cuando ustedes puedan sentir. Si los sentimientos están bloqueados, si los sentimientos no pueden ser experimentados completamente, ninguna experiencia interna será posible. La falta de sentimientos mata toda la vida la vida interna, la experiencia interna y por lo mismo hace imposible que ustedes puedan realizar completamente su vida. Tendrán que regresar una y otra vez hasta que puedan aprender a saborear la experiencia, hasta un grado que sea posible en esta etapa particular de consciencia. Para saborear la vida en su totalidad, la defensa en contra de los sentimientos debe ser eliminada. El miedo a los sentimientos desagradables y dolorosos debe de ser atravesado. Aquello a lo que se le es temido debe ser aceptado, permitido, experimentado tal y como es en este momento. De la manera que es en este momento, puede ser quizá el resultado de sentimientos de pasado que no fueron experimentados y por lo mismo permanecen estancados, dormidos, “inexperimentados” dentro del sistema en forma de bloqueo.

Cuando ustedes le temen a un sentimiento, automáticamente bloquean la experiencia, se anestesian ustedes mismos, ya lo saben. Por lo regular, pareciera ser que este adormecimiento y proceso negado es la única protección en contra del dolor y sufrimiento insoportable y sin embargo, como ya han empezado a encontrar todos ustedes quienes están en este camino del Path, es la defensa y la resistencia en contra de lo que ustedes temen, lo que crea el sufrimiento real. No importa lo que sea infringido sobre ustedes desde el exterior, cuando ustedes están sin protección y sin defensas nada podrá nunca venir en detrimento de su vida, ni podrá jamás paralizarlos si aprenden a recibirlo de manera correcta y de forma saludable. Esta es la única manera por medio de la cual podrán atravesarlo en lugar de darle la vuelta. Esta es la única manera que ustedes verdaderamente pueden eliminar lo indeseable. Cuando se atreven a experimentar lo que les llega a ustedes, sólo entonces dejará de ser una amenaza.

En esta conferencia les mostraré más adelante las ramificaciones y el significado de la experiencia emocional interna y lo que le pasa a la entidad humana cuando se encuentran bloqueados sus sentimientos y su experiencia. Como ya he dicho, el miedo es la emoción más destructiva que se puedan imaginar. El miedo que no es enfrentado y por lo tanto trascendido se vuelve venenoso y una energía tóxica. El miedo que no está consciente pero se manifiesta indirectamente, es mucho más potente y debilitador. El miedo a los sentimientos es quizá el más insidioso de todos ya que, si lo que ustedes temen es un peligro real se vuelve algo que pueden superar aún, si a lo que ustedes temieran fuera una ocurrencia externa exagerada, esto, en sí mismo no sería dañino excepto que tal fobia irreal, fuera la expresión de sentimientos internos no reconocidos y no experimentados. Todo lo que esté fuera de ustedes mismos podrá ser manejado a nivel de la acción externa y los sentimientos sólo podrán ser manejados cuando han sido experimentados, no cuando han sido negados.

Cuando ustedes le tienen miedo al dolor o a la soledad o a que su orgullo sea herido o al rechazo o a la desilusión o a la frustración de sus deseos, de su voluntad, de sus necesidades, en todas estas posibilidades el sentimiento primario será siempre el miedo. Miedo de que algunos de estos eventos indeseables pudieran ocurrir. Sólo cuando pueden experimentar lo que temen, podrán experimentar el dolor que produce, digamos el dolor del rechazo o el de estar solos o lo que sea. Luego entonces estamos tratando básicamente con el miedo al dolor. Cuando nos rendimos al miedo o mejor dicho, lo atravesamos, el dolor lo podemos experimentar y sólo entonces el dolor se disolverá genuinamente y es entonces cuando podrán verdaderamente, dominar una rebanada de vida que no necesitarán evitar nunca más.

Cuando el miedo al dolor es evitado ciegamente hasta que ya no saben que miedo específico es al que temen y no saben porque se sienten anestesiados y muertos, ha sido levantado un bloqueo energético magnético dentro de su sistema psíquico. Este bloque energético es una fuerza muy poderosa que inevitablemente los lleva a la mismísima experiencia que quieren evitar. El dolor que ustedes quieren evitar vendrá del exterior una y otra vez, hasta que ya no puedan evitarlo más. Esta es una ley de la vida, si ustedes vienen a esta vida con tal miedo, las circunstancias de su propia vida los llevarán hacia la misma condición que ustedes evitaron en el pasado. Ya he dicho esto muchas veces. Cuando las circunstancias de vida en su primera infancia vuelven a infringir nuevamente dolor y privación sobre ustedes y nuevamente se protegen ustedes mismos negando el dolor más que experimentándolo a su máximo, las circunstancias siguientes de su vida tendrán que repetir y aproximarlos hacia esas mismas condiciones, hasta que aprendan a abrirse ustedes mismos a lo que temen y dejar que la experiencia exista en ustedes de manera que pueda disolverse. Cuando aprenden a saborear totalmente esta experiencia dolorosa, es entonces cuando verdaderamente la superan. Entonces la energía del bloque magnético se disolverá y podrá entrar a un fluir general de vida dentro de ustedes y esta experiencia que antes había sido tan temida no regresará más.

Pueden ustedes tener éxito temporalmente en evitar la experiencia temida o los sentimientos temidos porque sus defensas internas han cerrado tan exitosamente el flujo de la vida en ustedes que nada los puede tocar y quizá también su poder externo ha tenido tanto éxito en construir una vida externa llena de eventos, que puede llenar el vacío hasta cierto grado pero sólo, hasta que ustedes se queden quietos. Sin embargo esto es solamente una paz temporal antes de la tormenta. La crisis eventualmente llegará a ustedes para proporcionarles la oportunidad de superar el miedo. Contra más se alejen de lo que temen, más energía invierten en obstaculizar el temido sentimiento, más potente se vuelve el bloqueo energético y más seguro es el que ustedes atraigan la crisis apropiada que sea el agente curador, siempre y cuando ustedes escojan cambiar la dirección del centro de su vida interna.

La experiencia de éxtasis, placer, alegría y paz sólo pueden existir en un alma sin miedo. La creatividad, que es su máximo potencial, la autoexpresión y la expansión de su ser espiritual, sólo pueden existir cuando no hay miedo en ustedes y se encuentran relajados. Si no existe ni una sola parte en su ser interno que tenga algo de lo cual guardarse, que tenga algo de lo cual cubrirse, que tenga algo de lo cual defenderse o protegerse, es entonces cuando el potencial completo de sus recursos creativos, de su capacidad para el placer, podrán evolucionar y manifestarse en su personalidad. Si ustedes se protegen en contra de una expresión de vida dentro de sí mismos en contra de algún tipo de experiencia interna, es lógico que cualquier otro tipo sea igualmente obstaculizada. Esto debería de ser fácil de ver. Por medio de protegerse contra el miedo al dolor (o cualquier otro estado indeseable) ustedes se encuentran en estado de tensión. La protección es tensión y el placer y la creatividad sólo se pueden desarrollarse en un estado de relajación.

No pueden expresarse ustedes mismos estando en guardia contra cualquier movimiento interno de vida. Ustedes se aferran fuertemente a que este movimiento no suceda, por lo tanto, se las arreglan para no saber lo que están haciendo y consecuentemente se separan ustedes, de una parte vital de ustedes mismos y, ni hace falta decir que pierden comunicación con ustedes mismos, no saben más ni quienes son y por lo mismo viven en un estado constante de guardia y de tensión y desafortunadamente sin que su mente consciente lo sepa. Porque si lo supieran verdaderamente, tendrían la primera base necesaria desde donde proceder para cambiar su forma de vida, ya que la primera tarea en cualquier camino es la de explorarse a uno mismo profundamente de manera de volverse conscientes de las propias defensas, de las propias resistencias y los propios métodos de protección. Solamente entonces, ustedes pueden explorar la siguiente pregunta: ¿De qué es exactamente de lo que me protejo? Y en el análisis último, siempre estará algún dolor que ya hayan sufrido de una manera o de otra.

Ustedes no pueden, por supuesto, ir más atrás que esta vida y realmente esto es todo lo que ustedes necesitan ya que esta vida no puede traerles ninguna otra experiencia dolorosa que la que no se hayan permitido experimentar previamente. Por lo tanto, sus primeros dolores en esta vida son esencialmente los mismos que los ya sufridos en vidas anteriores. Los bloques energéticos residuales acumulados no solamente atraen los mismos eventos una y otra vez, como ya mencioné, sino también los hace incapaces de experimentar nuevos sentimientos de una manera libre y espiritualmente sana. Se vuelven incapaces de permitir que el nuevo sentimiento viva en ustedes de manera que, será añadido al recipiente residual. Por el otro lado, una vez que el recipiente residual específico sea vaciado y se hayan permitido experimentar completamente y hayan atravesado las acumulaciones pasadas, el flujo de su ser enfrentará los nuevos dolores de una manera muy distinta.

Primero que nada, ustedes permanecerán abiertos, vulnerables y experimentarán el dolor suavemente, gentilmente, sin lucha interna y sabiendo completamente el por qué están en dolor. Esta integración de su experiencia hará que el movimiento lento o rápido dependiendo de la naturaleza de su experiencia pase y que el dolor se disuelva dentro del río de la vida en el interior de ustedes. Este estado de apertura, relajado, sin defensas y sin lucha también crea disposición para la inspiración y recursos que de otra manera son inaccesibles. Ustedes serán guiados desde su interior a encontrar nuevas formas de acción y un comportamiento que será efectivo en su vida externa y en su ambiente, para preparar nueva tierra para nuevas experiencias. Atravesando lo que temen, elimina el miedo y esta valentía abre nuevos canales creativos y enteramente nuevos recursos que, de principio vendrán como una sorpresa total e inesperada. También, una nueva y siempre creciente vibración de vida llenará su ser cuando vivan de esta manera. Serán llenados con una alegría de saber que todo está bien en el universo.

El control externo de la voluntad, cuando es usado para evitar sentimientos temidos y producir forzosamente la alegría que no se puede tener a menos que se viva sin defensas, será violentado finalmente una y otra vez por la vida que, no puede ser manipulada a voluntad por una mente controladora, miedosa y pequeña. Cuando una corriente forzante (“yo no quiero experimentar esto, debo experimentar esto otro”) sustituye al flujo de consciencia relajada y al fluir de la sustancia del alma, el resultado final será crisis y más dolor, el amargo dolor de luchar en contra del dolor y el terror de tratar de evitar el miedo en lugar de pasar a través de él.

El estado de dualidad que es significativo del estado de consciencia del hombre, es principalmente el resultado de un miedo que no ha sido vivido en su totalidad y por lo tanto disuelto. En efecto, diciendo “esto no quiero experimentarlo” ustedes crean una dualidad. El miedo crea una corriente del Sí y una del No, que es la base fundamental del doloroso estado de la dualidad que sólo puede desarrollarse en un estado de evitación, el de estar cerrado a una cosa que crea tensión y un tosco movimiento urgente hacia la dirección opuesta. Esto prohíbe el flujo real de la vida.

Cuando existe una actitud interna de fuerte negación, (que es la base del miedo) la rabia, el enojo y la violencia tendrá que seguirle inmediatamente. La rabia y el enojo se disuelven cuando se abandona el miedo al dolor y se experimenta completamente. Es entonces cuando esto pasa, que el dolor se disuelve y vuelve a su naturaleza original que es, éxtasis y una vibración apacible del río de la vida del cual ustedes son parte y que corre a través de su ser. El miedo a los sentimientos, por lo tanto, no sólo significa rechazar el éxtasis y

la expresión de una vida creativa a través de ustedes sino también significa que están escindidos y en un estado de desunión. La unificación del estado de consciencia humano hacia un estado de consciencia unificado más alto, puede darse sólo pasando a través de lo que temen, nunca dándole la vuelta o defendiéndose o evitándolo.

Cuando el miedo a experimentar sus sentimientos induce al hombre a bloquear su capacidad de sentir, este empobrecimiento crea la necesidad de una sustitución. Esta sustitución es la mente. Con el objeto de no sentir la muerte, ni el empobrecimiento del ser interior, y para poder tener un sentido de la existencia, la mente externa es usada mucho más que en su función natural. Si no pueden existir a través del fluir, del sentimiento, de la experiencia del ser entonces la mente, el intelecto y la voluntad toman el cargo exclusivo o casi exclusivo de la parte de los sentimientos muerta y esto da temporalmente la ilusión de estar vivo, pero la vivencia es precaria. A largo plazo, se vuelve una cosa ni siquiera convincente porque, la consciencia sin sentimiento adolece de la chispa del espíritu que le pone brillo a la vida. Su incomplitud es estéril y seca.

Ustedes pueden llegar a las más brillantes formulaciones con su mente pero si su mente no está unificada con la experiencia interna de sentir, en momentos secretos, dudarán de su vida y de su realidad de ser. Pasa tan a menudo en esta civilización y en esta coyuntura de la evolución general, que el hombre posea un cerebro pero se encuentre a sí mismo incapaz de vivir enteramente. Lo que es usualmente llamado en estos días "crisis de identidad", es el resultado de estar separado del sentir del ser. Esto, en turno, existe solamente cuando los sentimientos han sido evitados, negados, resistidos, reprimidos y se lucha en contra de ellos. Cuando el hombre no sabe quien es él, se debe sentir perdido. Nunca podrá saber quien es cuando la mente sustituye su así llamada "vida" por el sentir interno del ser.

Ahora metámonos a los sentimientos específicos, ¿qué pasa con ellos cuando son negados?, Tomemos a la tristeza: Cuando algo en ustedes dice "no tengo que estar triste, no debo estar triste", se revelan ante algo que ya existe, esta actitud rebelde muy pronto creará un concepto en ustedes de hecho un concepto equivocado que el estar triste es catastrófico y si esta catástrofe les acontece, ustedes perecerán de seguro. Esta suposición sobreentendida e inarticulada crea miedo y por lo regular, si se convierte en una exageración el miedo se vuelve terror. El terror a la tristeza crea una urgencia compulsiva a evitar la tristeza evitar sentirla. Si la vida los fuerza a sentirla y finalmente la llegan a sentir a través de las circunstancias que inevitablemente la atraen, su reacción de terror debido a la convicción de tener que perecer, producirá un torbellino interno tan fuerte que pueden llegar a la depresión nerviosa. Superficialmente ustedes pueden estar totalmente inconscientes del enojo de rebeldía en ustedes que se encuentra hasta el fondo del terror y del concepto equivocado que es lo que hace que ustedes luchen tan afanosamente y dolorosamente contra la tristeza.

Cuando entonces ustedes experimenten tristeza, en este estado mental y emocional, la naturaleza de esta experiencia es sin duda infinitamente dolorosa, amarga e insoportable pero no porque la tristeza por sí misma no pueda soportarse. Cualquier sentimiento derecho, directo, limpio, puede ser fácilmente soportable no importa lo que sea ni porque existe. Lo que en efecto es insoportablemente doloroso, amargo, espantoso y desesperado es el resultado de la lucha interna y del torbellino que el concepto equivocado ocasiona. Este es el por qué el pasaje bíblico dice "De acuerdo a su creencia les será hecho", de hecho puede ser constatado en la realidad de la vida y no hay una intercesión de connotación mágica que venga del cielo, en términos de recompensa por la fe y castigo por la duda, simplemente describe la dinámica que discuto aquí. Es la hiperactividad de la mente lo que produce la imagen "Si me pongo triste pereceré", aunque no tenga que ser la mente articulada y consciente. Ustedes construyen conceptos mentales que mantienen la creencia de que la tristeza es insoportable y más aún, peligrosa, y es entonces cuando justifican su rechazo a sentirse tristes. Esto lo pueden crear construyendo argumentos en contra de otros, que los hacen sentirse tristes. La mente atenta concienzudamente a justificar la razón por la que uno no tiene porque soportar este sentimiento. Por lo tanto se empiezan a construir ilusiones y siempre parece muy difícil abandonar las ilusiones más queridas.

Siempre que pase que la experiencia original digamos, de tristeza y dolor sea negada, automáticamente se desplaza y tendrá que ser re-experimentada en situaciones subsecuentes. La tristeza negada y desplazada se vuelve autoconmiseración, desesperanza, desolación y depresión. Estas emociones son verdaderamente debilitantes y destructivas, mientras que el sentimiento de tristeza limpio, directo y original se experimenta completamente sin hacerlo más o menos y, si es llevado hacia donde originalmente comenzó en esta vida, se disipará. Cuando dejan que les suceda a ustedes sin manipularlo ni exagerarlo ni negarlo llevarán

su curso original. Esto es extremadamente importante de recordar y de probar como realmente fue una y otra vez. Si la experiencia limpia de tristeza es negada en una forma u otra y por lo tanto distorsionada se convierte en parte de un círculo vicioso, del cual siempre es muy difícil de librarse uno mismo. Parte de este círculo vicioso, por supuesto es el coraje y la rabia negada por la tristeza que nos da la vida y la demás gente.

Vamos a tomar ahora el sentimiento de cólera: si se experimenta limpiamente porque quizá alguien les hace daño o los lastima o infringe injusticia sobre ustedes, se resolverá por sí mismo. La negación de otra gente de su verdad interna, de sus sentimientos reales, infringirá dolor sobre ustedes tanto como ustedes infringen dolor sobre otros mediante el no permitirse experimentar lo que es ya sea que intenten hacerlo o no, estén conscientes de eso o no. Este dolor puede ser infringido en cada hecho ya sea por omisión o comisión. El ambiente de la omisión en la vida de un niño es por lo regular y verdaderamente mucho más difícil de enfrentar ya que no existe el hecho actual sobre el cual uno pueda señalar el dolor, por lo mismo eso, es mucho más difícil para darse cuenta y sentirlo y de esa manera eliminarlo del sistema psíquico. Su reacción inicial al dolor con enojo es totalmente normal y saludable, si ustedes pueden aceptar su sentimiento de enojo con el correcto entendimiento de que tal reacción no requiere actuar en contra de los otros de una manera destructiva, entonces podrán aceptar este enojo sin tener que juzgarse o justificarse a ustedes mismos o a los otros. Si se lo dejan sentir y experimentar y después atravesar el dolor, se disolverá y los liberará. Si lo niegan se convertirá en rencor, crueldad, hostilidad que entonces, como ustedes bien saben, también tendrán que ser cubiertas para poder conformar los estándares de la sociedad. De esta manera empiezan a estar más y más alienados de lo que realmente sienten y el sentimiento original se distorsionará cada vez más.

Veamos ahora lo que pasa cuando el sentimiento original de desesperanza y soledad es negado. Cuando la persona interna dice “no debería yo sentir esto nunca, yo me debería de reservar esta experiencia de desesperanza” mediante esta negación lo convierten en amargura, aislamiento, deslealtad La angustia de que no hay salida para ustedes. Si la desesperación original es experimentada limpiamente, sin hacer conclusiones y conceptos mentales, el sentimiento se disolvería relativamente rápido. Si se permiten a ustedes mismos sentirlo sin que su mente haga algo con ello, si están sintonizados con lo que está pasando en ustedes, podrán salir de este otro túnel hacia la luz que es la entrada del arroyo de la vida. Cuando hablo aquí de la experiencia limpia de la desesperanza momentánea, no debe ser confundido con una fuerza sutil de desesperanza que es el resultado de la corriente forzante. La corriente forzante es un proceso de manipulación que expresa en la vida y hacia todos aquellos que uno sustituye en el lugar de los que causaron el dolor infantil original, “tú debes darme ahora todo lo que pido y debes protegerme de todos los sentimientos no placenteros, mi desesperanza tiene que convencerte de que esto es lo que tienes que hacer por mí”.

Cuando tales mensajes irracionales del ser escondido pueden ser descifrados y admitidos, la desesperanza artificial y manipuladora (que siempre es insoportable) abrirá camino y el nuevo sentimiento intuitivo los llevará hacia el sentimiento limpio original que se había evitado. Si ustedes pueden hacer esas diferenciaciones, habrán ganado un gran paso hacia delante hacia la autoconsciencia que, en turno, les hará posible experimentar sentimientos originales e ir a través de ese túnel donde al final encontrarán el buen orden de la realidad espiritual y la realidad de que la vida es benigna ultimadamente. Y cuando yo digo “benigna”, no me refiero a un lejano más allá, lo que quiero decir es, que cada vez que ustedes tengan el valor y la fe de realmente sentir lo que está en ustedes, cuando exploren lo que está en ustedes, cuando permitan que les suceda lo que está en ustedes, cuando la armadura endurecida de sus defensas en contra de sentimientos no deseados sea aflojada y puedan sentir y puedan llorar, tiemblen y se angustien, y experimenten directa y limpiamente el sentimiento original, entonces todos los sentimientos residuales se disolverán, la nueva experiencia de la vida diaria, será una onda fluctuante de vida tal y como venga a ustedes. Ya no vivirán detrás de una pared a través de la cual nada pueda pasar hacia ustedes y nada pueda salir de ustedes, este es el verdadero aislamiento del ser miedoso y desunificado que emite una corriente forzante hacia el mundo diciendo “no debo sentir esto, digo no a eso” y se encuentra en un estado de rígida negación y defensa.

Tomemos ahora el sentimiento del miedo, cuando ustedes lo niegan, se vuelve una ansiedad vaga que es infinitamente más perturbadora porque no tienen nada que afocar ni nada a que hacerle frente. Mediante el enfrentamiento directo del miedo, ustedes continúan hacia otros sentimientos tales como dolor, desesperanza, enojo etcétera y por lo tanto de esta manera, la salida se vuelve posible. La ansiedad es sólo miedo desplazado y así, no existe salida posible.

Si ustedes se sienten vagamente perturbados, irritados, inquietos, sin verdaderamente saber que es lo que les pasa, no lo desvirtúen ya que crea más capas de desunión y de desorientación. Avóquense a sus sensaciones, confíen en el hecho de que algo más tangible, algo con lo que sí pueden lidiar, descansa en ustedes y espera para ser descubierto por ustedes, esto los guiará cada vez más y más a experimentar sus sentimientos de una manera más plena del ahora al entonces, del presente al pasado y cuando vacíen completamente las acumulaciones pasadas, el presente será verdaderamente el presente más que darles sólo la ilusión de que están reaccionando al presente. Cuando ustedes reaccionan una y otra vez al pasado, realmente se encuentran en una constante evasión.

Cualquiera de ustedes que decida irse al núcleo de su ser real, lo puede hacer, a cualquier hora que desee, sólo requiere la propia decisión de mirar, sentir y experimentar lo que está en ustedes para no más externalizar lo que está en ustedes. Cuando no le temen digamos, al dolor el dolor no podrá venir a ustedes. Cuando no le temen al miedo, no podrán experimentar el miedo nunca más. Cuando no le temen más a la desilusión porque saben que pueden experimentarla, y permitiendo que les suceda, llegar hasta el mero final, hasta que la corriente energética se retransforme a sí misma en la corriente de vida original, entonces, la desilusión ya no podrá ocurrirles más.

Ustedes deben entender mis queridísimos amigos que, cualquier cosa indeseable que les pasa, viene hacia ustedes por el simple hecho de decir "no debo experimentar esto y que es lo que puedo hacer para evitarlo". Seguramente la mayoría de la gente están motivados en un trabajo como éste porque lo que realmente buscan son mejores maneras de evitar los sentimientos indeseables y, cuando finalmente caen en la cuenta de que hay que tomar exactamente la dirección opuesta, muchos abandonan un camino tal como es este porque no tienen el deseo de aceptar la verdad de que el evitar es totalmente fútil. Ellos insisten en su ilusión. Es por lo tanto de suma importancia que, en esta particular coyuntura, se cuestionen ustedes mismos: ¿A que grado están temerosos de un sentimiento en ustedes? ¿Cuál es? Por nada de afuera puede en sí mismo ser tan espantoso, es sólo lo que pueda provocarles a ustedes, que sentimientos de displacer pudiera provocar, qué dolor les haría experimentar. Al irse al sentimiento indeseado, verán el milagro realizado como una realidad desnuda, no como un simple comentario. La aceptación del dolor hace el dolor placentero, contra menos bloqueen el dolor más pronto el dolor se convertirá en placer, de esta manera podrán ser testigos del proceso de la unificación de la dualidad.

En este punto de su trabajo juntos iremos cada vez más y más en las experiencias más directas y profundas de sus sentimientos residuales. Mediante el aprendizaje de dejar la resistencia en contra de sentir los sentimientos, ustedes por primera vez, perderán el miedo. Yo los ayudaré y los guiaré como siempre. Empecemos en este momento todos los que escuchan esta noche y todos aquellos que lean estas palabras ¿A cuáles sentimientos les temen? Verdaderamente enfrenten eso y después traten de abrirse ustedes mismos a estos sentimientos temidos y traten de dejar que pase lo que piensen que sería insoportable, inaceptable. Verán lo que pasa, si lo atraviesan. Verán que muchos de estos conceptos e ideas que he discutido a lo largo de los años no son meras filosofías fantasiosas u oraciones pronunciadas como simples comentarios. Todas ellas tienen un significado muy concreto e inmediato que ustedes pueden verificar como una realidad desnuda si verdaderamente continúan a través de ello. Y bastantes de ustedes han logrado ya, por supuesto, esto y han encontrado verdaderamente que lo que aparece de principio como un abismo negro, sin fin y atemorizante se convierte en un túnel en donde salen a la luz por su otro extremo.

Todo mundo puede experimentar esto. Nunca es un abismo sin fin porque la verdadera naturaleza de la vida no es oscuridad sino luz, no es destrucción sino construcción, no es malvada sino bondadosa. La maldad de la vida, la destructividad, las fuerzas demoniacas son el miedo de experimentar lo que está en ustedes, sus sentimientos, ya que de ese miedo ustedes construyen sus defensas destructivas. Esta es la única razón del porque la destructividad se instituye en cada una de sus facetas y formas. El miedo a sentir las experiencias dolorosas los hace arrogantes y aislados, crueles y ambiciosos, egoístas y negadores de la vida. Los hace falsos en el nivel más profundo y vital de su ser. Porque si ustedes niegan lo que sienten no está en la verdad con ustedes mismos. Todo esto sí es maldad, si quisieran escoger esta palabra o cualquier otra. La destructividad permanece exclusivamente el la barrera que ustedes construyen en contra de experimentar lo que está en ustedes. De esa manera convierten la energía constructiva en una energía destructiva. La mentira interna que niega la experiencia del ser emocional crea una falsificación de su ser

real. Los falsifica hasta que ya ni siquiera saben quienes son ustedes realmente. Crea la falsa esperanza de que pueden eliminar los sentimientos indeseables evitándolos y crea también la falsa desesperanza de que el túnel de los sentimientos dolorosos es un pozo sin fondo de horror y aniquilamiento. Por lo tanto, desperdician sus energías vitales forzándose en contra de la verdad y por lo tanto creando un dolor innecesario.

La negación del dolor original, en esta vida, los lleva a demandas ambiciosas e insaciables – las demandas de que toda frustración les debería ser ahorrada, que ustedes nunca deberían ser criticados, que siempre se haga todo a su manera, que todos los demás deberían amarlos siempre y amarlos a su modo. Mientras estas demandas no sean reconocidas y abandonadas y el dolor original lo sientan limpiamente y lo atraviesen estarán atrapados en el siempre estire-afloje de sumisión y rebelión, que es otro de los círculos viciosos. Ustedes se someten a las demandas de otros igualmente insaciables e irrazonables y el poder de ellos lucha por el control de manera que finalmente terminen ellos cumpliendo las demandas de ustedes. Ustedes se rebelan porque están avergonzados y se odian a ustedes mismos por esta sumisión, y ahora deben probar su “independencia”. En ambas actitudes ustedes violan el verdadero interés de su ser real. En ninguna de las dos están ustedes conscientes del manejo ciego que los lleva hacia la sumisión y la rebelión. La única manera como ustedes podrán ser independientes será cuando estas demandas cesen, y será cuando puedan experimentar cualquier cosa que venga a ustedes porque ustedes lo produjeron y existe dentro de ustedes.

Muy seguido se dice en la psicología convencional que un niño es totalmente incapaz de reaccionar al dolor de otra manera que no sea construyendo sus defensas de adormecimiento. Esto es verdadero siempre y cuando el dolor residual de vidas previas no haya sido enfrentado y atravesado, experimentado y de esa manera eliminado. Una entidad humana ya ha hecho esto, a cierto grado. Aún en la infancia, las circunstancias más severas serán experimentadas de una manera indefensa. El dolor será tolerado y atravesado hasta que cese naturalmente sin dejar una sola marca, justo porque fue completamente saboreado. Esto fortalece la flexibilidad y la habilidad para vivir una vida fructífera y productiva e incrementa evidentemente la capacidad de experimentar el placer y los sentimientos profundos. Esto es el principio de vida de “No te resistas al mal”. Se requeriría una gran ceguera para no darse cuenta que de hecho los niños tienen esta capacidad en un grado muy alto. Ellos pueden llorar amargamente en un minuto y reír genuinamente al siguiente justo porque el dolor ha tomado su curso natural. Sólo cuando el dolor no ha sido experimentado sucede que la defensa de adormecimiento se instituye, y por lo tanto, la neurosis, la destructividad y la muerte. De hecho no podemos generalizar ni asumir que los niños no pueden más que reaccionar con este autoadormecimiento a todas las situaciones difíciles y traumáticas.

Que el poder que está dentro de su propio ser les permita llenar toda su sustancia, todo su organismo el espiritual, el emocional, el mental y su ser físico. La experiencia completa de su ser emocional es higiene espiritual y evita el estancamiento del alma. Este es el metabolismo de su organismo total, así como las acumulaciones de basura física que no se les permiten ser expulsadas y eliminadas, causan enfermedad en el cuerpo, de esa misma manera la materia emocional no asimilada y no experimentada, crea enfermedad en el alma. Su completo compromiso hacia todo lo que ustedes puedan sentir; su constante observación de qué sentimientos y eventos pueden traer sentimientos específicos a los que temen, y su compromiso de al fin comenzar a tratar, a tener un acercamiento, a experimentar y a enfrentarlos, será el proceso curativo que unificará a su ser completo. Esto hará de su vida la experiencia más completa que sea posible y los llenará con la realización de que ustedes están utilizando su vida a lo máximo y en lo óptimo, en su sentido más profundo y con su más alto significado.

Muchísimo amor se está derramando sobre todos ustedes. Permítanse ser capaces de sentirlo.