

Conferencia Pathwork Nº 193  
VERSION PRELIMINAR SUJETA A REVISION

## **RESUMEN DE LOS PRINCIPIOS BÁSICOS DEL PATHWORK: SU META Y SU PROCESO**

Saludos, mis más queridos amigos aquí. Bendiciones y amor, fortaleza y alegría están siempre presentes dentro y alrededor de ustedes, impregnándolos en la medida en que lo permiten. Con gran alegría reanudo la ayuda y la guía que tengo el privilegio de darles.

Se me ha pedido que dé un resumen de las enseñanzas que te he traído en todos estos años. Procederé a hacer esto ahora del mejor modo que pueda. No es fácil resumir los muchos pasos, todos los cuales son necesarios, las muchas áreas en las que hay que mirar y los muchos ángulos donde podrán existir confusiones que deben ser aclaradas. Como sabes, el lenguaje humano mismo presenta dificultades y limitaciones, por lo cual los malentendidos pueden ocurrir fácilmente. Para entender realmente la naturaleza de este camino es importante conocer en cierta medida la naturaleza de la entidad humana que eres. ¿Cuáles son los varios componentes del ser humano? Cualquier explicación que te pueda dar aquí, de algún modo tiene que ser simplificada en exceso, pero no obstante, es válida. Úsala como un mapa que da una idea de conjunto del tipo de ser con el que tienes que tratar cuando te enfrentas a ti mismo y a los demás.

La humanidad consiste en diferentes niveles de conciencia. Cada nivel de conciencia representa un conglomerado de actitudes, creencias y sentimientos. Estos niveles de conciencia a menudo están en total discrepancia entre sí, expresando diferentes estados de desarrollo en la evolución de la persona. Tu estado de conciencia siempre crea su propio mundo con sus propias leyes, costumbres, filosofía y la realidad consecuente. Cada mundo o estado de conciencia - en el mundo espiritual son percibidos como esferas - tiene un grado diferente de toma de conciencia de la realidad cósmica última y por lo tanto, tiene también diferentes grados de limitaciones. Estas limitaciones determinan la medida en la cual se puede experimentar la abundancia del universo en cada estado. El verdadero mundo es la realidad última del ser más interno de cada persona, el cual está unificado con la vida eterna y con la creatividad, la alegría y la autoexpresión que fluyen por siempre. Este mundo no existe en algún lugar lejano: impregna todo lo que existe. De hecho, los varios niveles de conciencia te atraen a sus mundos correspondientes. Estos mundos no existen en el espacio y el tiempo, sino en una realidad que trasciende a ambos. El tiempo, el espacio y el movimiento son concepciones limitadas de la mente humana con su estado particular de conciencia. Entonces, en una realidad que trasciende la realidad humana o física, dos o más mundos pueden coexistir fácilmente en el mismo espacio.

Una entidad que todavía no está unificada y que todavía no ha realizado su naturaleza última, expresa estos diferentes niveles de conciencia y así, es atraída a los mundos correspondientes, ya sea alternada o simultáneamente. Mientras se vive en la Tierra en un cuerpo humano, esta tracción se manifiesta en diferentes estados de ánimo, percepciones y experiencias. ¿Cuán a menudo descubres que lo que sea que sientas profundamente que es la verdad de la vida y de ti mismo hoy, mañana podrá ser totalmente lo contrario, cuando experimentes la vida y te experimentes a ti mismo de manera muy diferente?

Cuando seas atraído simultáneamente hacia dos mundos en conflicto, que tú mismo has creado, experimentarás conflicto y confusión. Cuando estés fuera del cuerpo, este fenómeno se manifiesta como el ser atraído hacia el mundo o entorno mismo que ha creado el nivel de conciencia respectivo, y luego ser atraído hacia el mundo creado de otro nivel, y así sucesivamente - en tanto estos muchos estados de conciencia existan en la personalidad aún desunida. Cuanto menos conciencia de sí mismos alcancen los seres humanos, menos se darán cuenta de que el mundo que experimentan en cualquier fase en particular de su evolución no es el último ni el único que pueden crear. La conciencia limitada de la realidad necesariamente crea sufrimiento, y cuando se cree que este estado infeliz de existencia es la única realidad, la aprehensión, el miedo y la desesperación son inevitables. Estas percepciones ilusorias sólo pueden ser eliminadas por medio del arduo trabajo de traer a la conciencia todos tus mundos interiores.

La variedad y el alcance de los diferentes grados de conciencia, y los grados de alegría y paz que se experimentan, o de los que se carece, y que son el resultado de tal conciencia, serán verdaderamente inmensos - hasta que el estado último de realidad empieza a ser realizado.

El mejor modo de expresar la condición humana de una manera general es por medio de los tres niveles de conciencia siguientes: el yo superior que es la conciencia de Dios, el yo inferior que es el yo demoníaco y el yo máscara que oculta el yo demoníaco o inferior. No es necesario decir que hay muchos grados y etapas dentro de cada uno de estos niveles de conciencia. Es necesario explorar, entender y dominar el modo en que se superponen, se anulan el uno al otro y crean confusión, junto con los efectos indirectos y las reacciones en cadena resultantes. Este trabajo es el *pathwork*. Todos estos aspectos de la personalidad pueden ser conscientes o inconscientes en grados variables. Cuanto menos conciencia tengas de cualquiera de estos estados, más conflictos existirán en tu vida y menos equipado estarás para tratar con la vida, contigo mismo y con las otras personas. La conciencia baja también dará por resultado, ciertamente, que estés más lejos de la realización de tu yo divino último.

La falta de conciencia proviene de estar escindido de la realidad del propio yo real, superior y divino. Pero uno también está escindido de la conciencia del yo inferior como así también de la máscara. Esta fragmentación crea malentendidos, ilusiones y concepciones erróneas. Una de las tareas de este *pathwork* es encontrar estas concepciones erróneas y corregirlas.

Permíteme ahora que arroje alguna luz acerca de la meta de este *pathwork* antes de describir el proceso. La meta es unificar estos tres niveles de conciencia de modo que el yo máscara y el yo inferior se disuelvan y sólo el yo superior verdadero se manifieste y se exprese. Las concepciones erróneas pueden corregirse sólo cuando el yo inferior y el yo máscara son enteramente conscientes y se entienden sus manifestaciones exactas, porque la falta de conciencia crea concepciones erróneas. Las concepciones erróneas, a su vez, crean energía y sentimientos negativos. La energía y los sentimientos negativos crean sufrimiento. Esta cadena debe revertirse, y sólo puede revertirse cuando se puede alcanzar la conciencia del yo máscara, el yo inferior y finalmente el yo superior, a través de los varios procesos y enfoques del *pathwork*.

No puede negarse que expandir la conciencia de una mente limitada es una tarea tremendamente difícil, ya que todos los seres humanos cuando empiezan tienen a su disposición sólo la mente limitada. Esta mente limitada debe trascenderse a sí misma para realizar su poder y alcance ilimitados. Por lo tanto, este camino requiere constantemente que tu mente tienda un puente sobre la brecha de sus propias limitaciones, considerando nuevas posibilidades y haciendo lugar para otras alternativas para el yo, para la vida y para expresar el yo en la vida. Esto requiere hacer un esfuerzo

para salir de los viejos patrones fijos de la mente y dejar atrás modelos que parecen cómodos - pero recuerda, esta comodidad es la ilusión más grande. Sin embargo, todas las ilusiones parecen reales en tanto no te cuestiones la posibilidad de que sean ilusiones y en tanto no te permitas otras alternativas.

El estado de conciencia general de la humanidad es de dualidad o de opuestos. He hablado a menudo de los muchos aspectos de la confusión creada por una percepción dualista de la realidad, y aquí sólo quiero decir que esta confusión debe ser aclarada en todos los niveles y en exacto detalle: en los niveles de conceptualización, percepción y, finalmente, transformación.

Quiero enfatizar una vez más que la unificación del yo fragmentado no puede suceder en tanto se perciba el mundo en términos dualistas. Cuando los temas, las personas, el yo, el mundo, la vida, las ideas y las actitudes parecen ser buenas o malas, correctas o equivocadas, hay una distorsión de la realidad y, en consecuencia, sufrimiento. Sin embargo, la conexión entre la distorsión de la realidad y el sufrimiento no es obvia para aquellos que todavía están involucrados en esta percepción ilusoria de la vida. La verdad es que cada actitud, sentimiento, idea y expresión humana concebible, puede ser buena y mala. Cuando esto es experimentado en vez de ser una mera teoría, es uno de los hitos más importantes de evolución y crecimiento.

El proceso de expandir la mente más allá de sus limitaciones momentáneas sólo puede ser un esfuerzo consciente y deliberado hacia la meta de trascender el pensamiento dualista. Sin embargo, el esfuerzo no es una labor de la voluntad sino un proceso de apertura que primero considera nuevas alternativas que con el tiempo pueden volverse reales. Cuando ustedes, los seres humanos, sólo se experimentan a sí mismos como egos desconectados y sin poder, y cuando, en consecuencia, tratan de poner en este ego toda la energía y el poder que tienen a su disposición, fracasan. Pero cuando puedas aceptar que puedes ser, por cierto, una expresión de un yo divino todavía no manifiesto, que es más profundo, más amplio, más sabio y más amoroso, entonces tu yo divino estará lo suficientemente liberado como para manifestarse. De este modo puedes tender un puente, de la ignorancia y la alienación a un estado de mente abierto que cuestiona, espera, considera e indaga para tener una experiencia real de la verdad última. Tal experiencia es llamada fe.

Cuando la mente permanece dentro de los cercos de sus limitaciones presentes, la trascendencia no puede ocurrir. El intento de trascender la mente momentánea y limitada y experimentar la conciencia divina es llamado meditación. El proceso de volverte consciente de tu yo máscara y de tu yo inferior, y de tratar con ellos, será mucho más rápido si la mente consciente hace entrar en juego al yo superior y lo dirige para que dé guía específica.

Hay dos enfoques básicos de la espiritualidad humana. Uno es enfatizar y concentrarse en el potencial divino interior hasta que ese potencial se vuelva realidad. Existen muchos movimientos que tienen prácticas, enseñanzas y ejercicios que te ayudan activa y efectivamente a alcanzar esa meta. Toda la energía y la concentración están dirigidas hacia cultivar, aumentar, manifestar y expresar la realidad divina interior. Sin embargo, esto no significa necesariamente que por este medio los otros niveles fragmentarios de la conciencia sean automáticamente eliminados e incorporados al centro divino. Es muy posible, y es por cierto algo que ocurre frecuentemente, que tales prácticas hacen salir genuinamente el yo superior real, y no obstante, dejan intactos los aspectos de conciencia no desarrollados.

Muchas entidades tienen un anhelo intenso de realizar su naturaleza divina inherente y mientras están en el cuerpo se olvidan de que vinieron a la Tierra a cumplir una misión

en el plan universal. Esta misión es la purificación y el crecimiento de materia cósmica no desarrollada. Para hacer esto, debe adoptarse el segundo enfoque de la espiritualidad humana. Éste significa arrojar la luz de la percepción consciente y de la experiencia sobre las distorsiones, la fealdad, la oscuridad, la maldad y el sufrimiento propios, como así también sobre la verdad, la belleza, el amor y la bondad interiores. Esto requiere que uno desarrolle una fina sensibilidad de modo tal que perciba el ritmo orgánico de cada camino individual. Uno necesita saber lo siguiente: cuándo enfocarse más en un aspecto y cuándo mover el foco al otro; cuándo concentrarse en el yo superior para así fortalecer su poder para continuar y permitirle que dé más guía; cuándo prestar atención al yo inferior con su maldad oculta, su deshonestidad, su engaño y su odio y malicia camuflados; cuándo enfocarse en las estrategias específicas del yo máscara y observar cómo se enmascara a sí mismo y qué defensas usa para mantener oculto al yo inferior. Uno también debe saber cuándo ha llegado el momento de experimentar sentimientos que habían sido evitados. Tanto aquellos que están trabajando en su transformación como cualquiera que los esté ayudando deben sentir este alternar delicado, ya que cada persona tiene un ritmo diferente.

Durante ciertos períodos y fases, uno debería concentrarse principalmente en enfrentar los propios aspectos negativos, las distorsiones y la fealdad, ya que siempre es grande el peligro de escapar ciegamente hacia los aspectos positivos, en vez de usar las actitudes positivas con el propósito de purificar las negativas. En otros momentos uno debería concentrarse en los aspectos positivos. No pases por alto el hecho de que es posible que te pongas en contacto genuinamente con tu yo divino y luego lo uses para camuflar los aspectos de conciencia escindidos y distorsionados. El poder divino interior es neutral y seguirá inevitablemente cualquier dirección que determine la voluntad de la conciencia.

Debe estar completamente claro para todos ustedes que son atraídos a este camino que el segundo modo de enfocar la espiritualidad y de realizar el yo espiritual es el enfoque que usamos. El dolor e incomodidad más grandes que parecen ser un subproducto de este camino son sólo una ilusión; en tanto exista sustancia cósmica bloqueada, oscura y distorsionada, el sufrimiento es inevitable, elijas o no saber esto ahora. Éste es un camino exigente, pero es real. No conduce a la ilusión y a la conciencia escindida. Trae a la experiencia concreta aspectos del yo que podrán aún arder ocultos subterráneamente sin manifestarse pero que, con el tiempo, llegarán inevitablemente a la superficie y crearán una experiencia. Siempre es más fácil y más rápido trascender un estado cuando lo hemos confrontado deliberadamente, cuando nuestro yo acepta su estado interno actual y desea experimentarlo y pasar por él en vez de esperar hasta que la confrontación ocurra inexorablemente como un movimiento legítimo, rítmico y universal en nuestro viaje evolutivo. Los seres humanos que eligen un camino así se incorporan al plan divino. La meta de este enfoque de la re-uniión espiritual es ayudar a la reunificación de todo lo que alguna vez se ha escindido.

Ahora llegamos al método de este *pathwork*. Resumiré y hablaré de las cosas fundamentales sin entrar en los múltiples detalles y consideraciones. Los niveles con los que hay que trabajar - cada uno de un modo diferente - son los siguientes aspectos de la personalidad humana:

- (1) el nivel de la mente y el pensamiento
- (2) el nivel de la voluntad
- (3) el nivel de los sentimientos
- (4) el nivel de lo físico y la expresión física

Cuando todos estos niveles son conscientes y cuando se enfrenta y se acepta la inevitable divergencia de uno con el otro, puede empezar un proceso de unificación. Cuando se entiende, se acepta y se disuelve el yo inferior, cuando se prescinde de la máscara, entonces la unificación del ser puede tener lugar en la realidad espiritual.

Veamos ahora cuáles son los diferentes enfoques de los cuatro diferentes niveles de la personalidad.

### (1) El Nivel de la Mente y el Pensamiento

El nivel de la mente debe tratar con los conceptos y las concepciones erróneas. Los pensamientos y los procesos de pensamiento que son dirigidos hacia canales erróneos afectan todos los otros niveles. Siempre crean círculos viciosos que te atrapan en situaciones desesperanzadas. Por cierto que es verdad que en tanto te muevas dentro de un círculo vicioso, no hay esperanza. Pero en el momento en que se rompe el círculo vicioso, eres liberado de la trampa. Por lo tanto, es imperativo ver claramente, entender y abandonar aquellos componentes de tus actitudes mentales y tu conducta que crean un círculo vicioso. Esto significa siempre cambiar básicamente un concepto, un proceso de pensamiento, un enfoque de la realidad.

La concepción errónea particular debe ser reconocida como tal. Es necesario que determines por qué es una concepción errónea, cómo llegó a existir y de qué modo te conduce a un círculo vicioso. Es necesario que preguntes: “¿Cómo evoluciona este círculo vicioso? ¿Cuál es el concepto verdadero correspondiente y cómo vivir de acuerdo a éste me conduciría a un mundo ampliamente abierto y a un ciclo benigno de autoexpresión creativa?” Todo esto debe ser percibido claramente, entendido y hecho consciente. Con el tiempo se lo debe experimentar emocionalmente, ya que no es suficiente con tener un entendimiento meramente teórico de estos procesos internos. Sólo por medio de tu experiencia emocional de una concepción errónea, ésta podrá ser reemplazada por un concepto verdadero. Sólo entonces el concepto verdadero enraizará en la psiquis y abrirá nuevos canales de conducta espontánea que ya no estará basada en reflejos condicionados, y de expresión creativa de los sentimientos.

Las concepciones erróneas pueden ser completamente conscientes, sin que sepas que son concepciones erróneas. Por lo tanto, tus creencias conscientes también deben ser puestas a prueba e investigadas. Las concepciones erróneas pueden ser vagamente conscientes. Éste es el caso cuando tus acciones y reacciones atestiguan el hecho de que eres gobernado por concepciones erróneas, pero aún no has especificado de manera concisa cuáles son esas concepciones erróneas y sus consecuencias. Entonces es necesario hacer el trabajo de identificación específica. Las concepciones erróneas también pueden ser inconscientes. En ese caso, el *pathwork* debe hacerlas conscientes. Esto sólo puede hacerse examinando la manifestación de vida. La vida propia no miente. Expresa con exactitud lo que en realidad crees internamente. Podrás afirmar conscientemente que eres una persona amorosa y creer efectivamente en el amor. Pero si sufres por una vida sin amor, esto atestigua claramente que en algún lugar dentro de ti no crees en el amor, no quieres amar y tienes tus razones, o más bien concepciones erróneas, para no amar. De aquí que las concepciones erróneas inconscientes sólo pueden ser desenterradas mirando tu vida, tu sufrimiento, tu frustración y tus anhelos insatisfechos.

Se debe tratar con todos los niveles mirando la mente consciente y buscando en el inconsciente; estos dos enfoques varían para cada uno de los cuatro aspectos de la personalidad. Tienes que trabajar de modo diferente con el nivel de la mente que con los niveles de la voluntad, del sentimiento y del cuerpo.

## (2) El Nivel de la Voluntad

Para trabajar en el nivel de la voluntad, primero debes entender que hay una voluntad externa y una voluntad interna. Para decirlo de otro modo, hay una acción de la voluntad que es voluntaria y una que es involuntaria. También hay que escrutar, entender y hacer conscientes estos dos niveles de la voluntad. Allí donde existan distorsiones, concepciones erróneas y negatividades en una psiquis, las fuerzas de la voluntad estarán desequilibradas. Allí donde la voluntad debería estar activa, está a menudo paralizada y estancada. Allí donde debería ser receptiva y pasiva, es tensa, forzada y activa. Al continuar la purificación del yo, el equilibrio se restablece.

En el nivel de la mente llegarás a distinguir en qué áreas es necesario que actúes e inicies - o sea, a utilizar tu capacidad inherente de usar tu voluntad. Esto podrá aplicarse a las acciones o a una actitud expresada hacia la vida porque la acción de la voluntad también se aplica a las actitudes. También debes discernir en qué áreas aceptar momentáneamente tus limitaciones de la voluntad y soltar la corriente forzante de tu voluntad demasiado activa. Redirigir así las corrientes de la voluntad es algo que la voluntad externa no puede hacer. Si puedes reconocer esto y relajar la presión de la voluntad externa, la voluntad interna podrá pasar a primer plano y empezar a funcionar. Se incurre en muchísima frustración cuando la gente empuja con su voluntad externa y de este modo, impide que la voluntad interna y relajada se manifieste, o impide que la voluntad externa se extienda hacia la vida.

## (3) El Nivel de los Sentimientos

Nuevamente, allí donde hay concepciones erróneas de la mente, conscientes o inconscientes, y un desequilibrio de la voluntad interna y la externa, los sentimientos son destructivos y dolorosos, y están estancados. La energía del cuerpo del sentimiento está paralizada y bloqueada. Por lo tanto, un aspecto importante de cualquier proceso de unificación y purificación es experimentar el nivel del sentimiento, o cuerpo del sentimiento, si quieres. Abre los bloqueos y libera los sentimientos paralizados - cualesquiera puedan ser estos. Se debe tratar con los sentimientos en el nivel consciente antes de poder recanalizarlos constructivamente. Los sentimientos destructivos pueden ser expresados constructivamente, por cierto. Si no se trata conscientemente con los sentimientos negativos y dolorosos, estos se estancarán en un nivel inconsciente e impedirán que la personalidad funcione de un modo saludable, tenga buenos sentimientos y experimente el flujo de energía vital que es la naturaleza de la vida universal. Esto conduce inevitablemente a actuar los sentimientos negativos de un modo indirecto y destructivo. La mayor parte del tiempo la personalidad es totalmente inconsciente de esta consecuencia. Las personas no ven otras alternativas a sus modos de actuar, reaccionar y ser, y pasan por alto que actúan así sus sentimientos negativos, aunque a menudo esto es clarísimo para los que los rodean.

Al tratar con el nivel del sentimiento tienes que aprender a ponerte en contacto con los sentimientos que están encerrados en ti. Esto también podrás discernirlo sólo indirectamente, a través de las manifestaciones de tu experiencia de vida.

La evocación de los sentimientos se hace por medio de una variedad de abordajes que realmente no es necesario que enumeremos aquí. Es suficiente con decir que experimentar y expresar los sentimientos que una vez fueron considerados inaceptables e insoportables, y aprender a sostenerlos y manejarlos, es el único modo en que una persona puede perder el miedo, la ansiedad y la tensión. En tanto te aferres a la esperanza de que tu vida debería estar libre de sentimientos dolorosos, esperas una ilusión. En lo profundo de ti sabes que es así, y sin embargo te aferras a la ilusión. De

aquí que tengas miedo y te sientas tembloroso y deficiente. Pero cuando puedes experimentar tus propios sentimientos, no importa lo que sean, automáticamente te vuelves seguro, libre de miedo y por lo tanto, relajado. Estar relajado en la mente, la voluntad, el sentimiento y el cuerpo es el requisito indispensable para experimentar placer y así, alcanzar la plenitud.

El rechazo a experimentar sentimientos dolorosos es el resultado de la concepción errónea de que te aniquilarán o probarán que no eres bueno. Esta concepción errónea debe ser cuestionada y reemplazada. De no ser así, no te permitirás experimentar sentimientos dolorosos. El rechazo a hacerlo también hace que crees una tensa corriente de la voluntad para evitar que suceda lo que crees que es aniquilación. Entonces la voluntad debe relajarse de modo que se vuelva posible para ti experimentar lo que ya está en ti. Todo tu mejor funcionamiento estará paralizado a menos que pases por lo que sea que haya en ti y lo sientas plenamente, y de este modo lo trasciendas.

#### (4) El Nivel del Cuerpo y la Expresión Física

Dado que es imposible que una actitud que existe en un nivel no se manifieste también en todos los demás niveles, cada concepción errónea, cada distorsión y desequilibrio en el funcionamiento de la voluntad y cada rechazo a sentir lo que hay allí, dentro de ti, crea inevitablemente una manifestación física o condición corporal. Por lo tanto, no sólo restringe tu despliegue espiritual sino que restringe en igual medida tu experiencia de vida física. Es totalmente falso suponer que la vida física y la vida espiritual están en oposición. Una es una mera expresión de la otra. Por medio de sus bloqueos musculares, el cuerpo físico expresa errores conceptuales, desequilibrios de la voluntad y sentimientos estancados y negados. Las tensiones y el estancamiento de energía causados por distorsiones en cualquiera de los otros niveles pueden afectar el cuerpo distorsionándolo, creando todo tipo de síntomas y, cuando se lo descuida el tiempo suficiente, enfermedad física.

No es necesario decir que el nivel físico también debe ser abordado de un modo diferente que los demás. La eliminación de los bloqueos también debe ser ayudada desde el nivel externo; la energía debe hacerse fluir nuevamente; los sentimientos físicos tienen que ser conectados con los movimientos del alma, las actitudes internas y los contenidos de la mente. Allí donde la energía está bloqueada, la conciencia no puede penetrar. Cada célula del cuerpo humano es una conciencia en sí misma. Cuando hay áreas en el cuerpo que están bloqueadas, se impide que el sistema celular de esas áreas sea impregnado por la corriente de energía divina y la conciencia divina. Como he dicho a menudo, el universo entero consiste en energía y conciencia. La creación es un proceso continuo de fusión feliz entre la energía y la conciencia. Éstas interactúan.

El *pathwork* efectivo tiene lugar en todos estos niveles y con todos estos enfoques. Como dije, no hay una regla externa para determinar cuándo cambiar de uno al otro: con cada persona es diferente. Se debe permitir que el camino se exprese a sí mismo desde adentro como una realidad viviente y orgánica. Los varios enfoques ofrecidos en este camino cumplen importantes funciones, entonces puedes trabajar en cualquiera de estos niveles.

Es necesario intentar una y otra vez ponerse en contacto con el yo superior, la conciencia divina que está siempre presente, que es inmutable y que está inmediatamente disponible dentro tuyo. Cuando esto se hace con el propósito de hacer conscientes los niveles distorsionados de tu sustancia del alma y reorientarlos para así unificar toda la sustancia del alma que está escindida, entonces la meditación toma un

curso diferente que el tipo de meditación que es usado con el único propósito de realizar el yo divino mientras que no se toman en consideración los aspectos oscuros del yo.

Es una ilusión y un anhelo ilusorio actuales asumir que este último enfoque de la meditación trata automáticamente con el lado oscuro de la naturaleza humana. No puede ser así. No puedes superar lo que no has experimentado completa y conscientemente. La esperanza ilusoria con la que todos están familiarizados es nutrida por el concepto verdadero de que ciertamente es posible realizar la parte del yo-Dios que ya está potencialmente presente. Mis amigos, es muy importante entender esto claramente. Es por esto que a menudo es verdad que, después de haberse despojado del cuerpo, algunas personas que han llevado una vida difícil y aparentemente no espiritual, han hecho más por el proceso universal de evolución que algunas otras que han llevado una vida extremadamente espiritual y que hasta podrán haber sido así llamados maestros, pero que han cultivado su belleza y descuidado su fealdad. De este modo, no han logrado unificar y entonces han perpetuado inadvertidamente el estado dualista de conciencia en el que se encuentra esta Tierra.

Nuestro camino usa el más difícil de los dos enfoques de la meditación. Es obvio que nuestro enfoque tiene que ser diferente de aquel que se concentra solamente en el yo superior y descuida el lado oscuro de la naturaleza humana. Como sabes, la meditación puede ser tan variada como la personalidad humana o la experiencia de vida. La meditación es un tema demasiado vasto como para incluirlo en detalle en este resumen. He hablado de ella antes y lo haré nuevamente.

Muchos seres humanos, no importa lo comprometidos que estén con este camino, no siempre son capaces de meditar, ya que los bloqueos mismos de la mente, de la voluntad, de los sentimientos y del cuerpo también crean un bloqueo espiritual, por lo cual no se puede practicar la meditación. Nuevamente, debes andar a tientas y buscar honestamente desbloquear poco a poco, por medio de una profunda percepción interior, reuniendo coraje y permitiéndote sentir lo que hay en ti. A través de tal intento también se aflojará el bloqueo a la meditación. Entonces puedes meditar por más guía para desbloquear más, para volverte más consciente de lo que todavía está oculto y para experimentar más sentimientos. Para meditar tienes que soltar bloqueos, y para soltar bloqueos debes meditar. A veces, una persona comienza el *pathwork* sin ninguna meditación en absoluto, ya que puede ser que su conciencia externa bloquee este enfoque. Cuando se ha hecho suficiente desbloqueo y se ha despejado lo suficiente de la espiritualidad falsa, entonces podrá tener lugar una nueva afluencia de energía espiritual y conciencia, y cada paso se volverá más fácil. Un bloqueo espiritual puede ser el resultado ya sea de adoptar una espiritualidad falsa, escapista y separadora o de negar por completo la realidad mayor. En ambas instancias, deben eliminarse las concepciones erróneas para liberar el canal para la real afluencia espiritual. A menudo la espiritualidad real es rechazada por gente cuya intención es rechazar la espiritualidad falsa y escapista, y que confunde a las dos.

Al eliminar crecientemente los bloqueos a la afluencia espiritual, todo el proceso de toma de conciencia, liberación, sanación y unificación puede hacerse más rápido, ya que a cada paso del camino puedes valerte de esta herramienta inconmensurablemente poderosa: tu contacto con tu realidad divina.

Tal como el nivel de la mente puede ser consciente o inconsciente, así puede ser el nivel de la voluntad, del sentimiento y hasta el nivel del cuerpo. Por lo tanto es imperativo aumentar el grado de conciencia en todos los niveles. Por ejemplo, deberías conectar un síntoma físico tal como dolor o tensión con la correspondiente actitud mental, con el pensamiento, la emoción y la voluntad que motivan la manifestación física específica. Por ejemplo, cuando empiezas a sentir que una tensión corporal específica

proviene de un sentimiento de odio y de ira, de una voluntad externa demasiado activa a la que se le impide golpear duramente, y también de una concepción errónea específica, entonces unificas todos los niveles y aumentas tu campo de conciencia en todos los niveles.

Una de las leyes espirituales inmutables es que la falta de conciencia de una de las áreas impide la conciencia de otra. Entonces, por ejemplo, si te las ingenias para evitar la conciencia de tu yo inferior y de tu yo máscara, no serás consciente del yo superior ya manifiesto. Podrás decir de la boca para afuera que debes ser una expresión de una conciencia más alta, divina, pero es imposible que lo sientas a menos que logres sentir tu yo inferior y la máscara que lo oculta. Si no lo haces, ¿cómo podrás meditar y dirigirte a un aspecto de lo divino en ti? En la lenta progresión de un *pathwork* así, podrá llegar a pasar que en ciertos momentos podrás ser consciente de tu herencia divina y en otros momentos estar totalmente inconsciente y desconectado de ella.

Tal como tanto el yo superior como el inferior pueden ser plenamente conscientes o inconscientes, o manifestarse en cualquier grado entre esas dos posibilidades, así también puede ser el yo máscara. El yo máscara es tu simulación, tu ocultamiento, tu fachada para el mundo. Es la autoimagen idealizada que quieres ser hasta tal punto que inviertes tus energías en hacerla real. Todas estas diversas expresiones indican el yo máscara. El yo máscara es una defensa para no exponer el que eres realmente ahora. Por supuesto que no eres exclusivamente el yo inferior, para ocultar el cual está hecha la máscara. Sin embargo, al enmascarar cualquier parte de ti, también enmascaras inevitablemente tu yo superior ante ti mismo. Cuanto más tratas de mostrar sólo tu lado bueno - lo que está allí genuinamente en el yo superior, pero no en el yo máscara - más es enmascarado tu yo superior. Nuevamente, puedes o no ser consciente de esta táctica. A veces podrás ser agudamente consciente de que falsificas, de que te falsificas a ti mismo, y esto es preferible - mucho más - que el estado de inconsciencia. Otras veces, dado que te has identificado tanto con tu máscara, eres inconsciente de que usas una. Cuando eres inconsciente de tu máscara, te sientes avergonzado e incómodo pero no enfrentas este hecho porque no quieres experimentar tales sentimientos ni tratar con ellos. De este modo se establece un proceso adicional de escisión donde pierdes el rastro más y más de quién eres realmente. Éste es el estado de estar perdido que muchos individuos desean curar por medio de alguna magia - drogas, píldoras, fórmulas y hasta meditación. También se acercan a terapias que alientan el estado impotente de enfermedad y pasan por alto el potente factor de su propia voluntad que debe usarse siempre y cuando se la entienda y se la aplique correctamente.

Este camino es ante todo un proceso de hacer las cosas conscientes. Esta conciencia de ti mismo te unifica y unifica la división que hay en ti. También unifica los conflictos que hay en ti y establece tu sentido del yo y tu conocimiento de que el universo, con toda su dicha, es tuyo.

Un aspecto muy importante de este trabajo es otro nivel más del yo, el cual está más allá del cuerpo físico. La razón por la que no lo incluí en nuestra enumeración de los niveles es que esta parte generalmente no es reconocida en el pensamiento humano como un nivel de la personalidad humana. Es el nivel de la experiencia de vida. Generalmente se percibe la experiencia de vida como separada, como si la entidad humana fuese puesta en una forma de vida externa fija. Generalmente se pasa por alto que la experiencia de vida de cada persona es una expresión tan intrínseca de su ser interior como lo es el cuerpo. Sólo recientemente unos pocos pensadores avanzados han empezado a ver el cuerpo como una expresión conectada de la persona entera. Todavía hay muchos que ven el cuerpo humano como estando casi tan poco conectado con la vida interna de la persona como la experiencia de vida. En realidad, la experiencia de vida manifiesta es total y concluyentemente sintomática del estado

interno de la personalidad. Nuestro camino usa este espejo extremadamente importante y verdadero para determinar el estado interior de una persona.

Esta visión más abarcadora elimina la falacia de la impotencia humana. La verdad conduce a las personas a asumir responsabilidad por sí mismas en todos los aspectos concebibles. La mayoría de los seres humanos son reacios a aceptar esto. Prefieren verse como víctimas inocentes e impotentes, y experimentar todo el sufrimiento y la desesperanza que van con ello, en vez de aceptar la esperanza, la luz y la libertad de la responsabilidad por sí mismos. Esto indica la inmadurez emocional de la humanidad como un todo. También indica que hay un sentimiento de culpa vinculado a admitir la propia falacia y distorsión. Por paradójico que pueda parecer, cuanto más impotente pretendes ser con respecto a tu experiencia de vida, menos puede funcionar tu voluntad interna, saludable y relajada. La tensa voluntad del ego pequeño e ineficaz es fortalecida para evitar que tenga lugar la experiencia de vida "injusta" imaginada. ¡Qué malgasto de energía valiosa!

Un aspecto intrínseco de este *pathwork* es que con el tiempo te despojas de la ilusión de ser una víctima inocente y te vales de la clave para la libertad: la responsabilidad por ti mismo. Esto no es un postulado ni una filosofía que no se puede verificar. Todos ustedes que hacen este trabajo con la suficiente honestidad y profundidad, habrán de descubrir inevitablemente que tanto la experiencia de vida buena como la mala son una expresión exacta de su pensamiento, voluntad, sentimiento y su ser físico.

Trata de absorber y de usar lo que te di esta noche. Te ayudará a saber adónde estás yendo y a saber que cualquier cosa que ahora puedas no estar dispuesto a experimentar, es universal, es necesaria y no es inaceptable en absoluto. También te hará más consciente del ritmo interno y la realidad que es el camino. Quienquiera que se comprometa a hacer el trabajo de este camino experimentará que hay en él una realidad viva y orgánica. Te instruye y te muestra que cualquier cosa que experimentes tiene un significado para ti. La dificultad está en que a veces no lo quieres escuchar. Quieres desintonizarte, seguir tu obstinación en tu propia voluntad, y entregarte a tus propias ideas que a menudo son un camuflaje de tu miedo a encontrarte de frente contigo mismo. Entonces podrás buscar varios modos de camuflar las partes no deseadas. Cuando tienes "éxito", no se puede discernir más la verdad de esto. Es por eso que la voz interna de la verdad debería ser cultivada en todo momento. Al continuar consultándola, hablará en voz más alta y clara. Pregunta con una actitud verdaderamente abierta, dispuesto a escuchar a una conciencia que eres tú, y sin embargo, es más grande que el tú consciente. Entonces verás que este tú más grande es real y que tu conciencia pequeña es sólo una partícula separada. Cuando esto empieza a suceder, empieza a suceder la unificación.

Sean bendito, mis queridos, todos ustedes. Sepan que el amor y la verdad del universo son su meta última, su destino último. Nada en el mundo puede alterar esto, aun si la mente pequeña está inútil y tercamente atemorizada del proceso. Sean benditos, vayan en paz y alegría a hacer su trabajo, ya que el universo contiene rica plenitud para todos. Éstas no son palabras vacías. La verdad de estas palabras se dará a conocer si enfrentan primero plenamente el opuesto de la plenitud, o sea, su infelicidad, su sufrimiento y sus distorsiones. Al hacerlo, la verdad de su destino último se volverá su realidad.

Copyright © por la Pathwork Foundation