

Conferencia Pathwork N° 203

INTERPENETRACIÓN DE LA CHISPA DE LUZ DIVINA EN LAS REGIONES EXTERIORES – EJERCICIOS DE LA MENTE

Saludos y bendiciones para todos ustedes, mis muy queridos amigos. Bendiciones específicas se dan al comienzo de un nuevo año de trabajo – un año particularmente significativo, ya que este año ve el florecimiento de una forma espiritual, materializándose en una forma terrestre.

La construcción de esta forma es ciertamente una empresa hermosa, con la cual logras tu plenitud porque cumples tu tarea en el universo. Cualesquiera sean las dificultades que deban ser superadas, éstas son una expresión de la suma total del “cuerpo” que forman todos ustedes. Este grupo, como todas las demás entidades creadas, tiene su propio cuerpo espiritual. Un cuerpo consiste en muchos aspectos, tal como el ser humano individual consiste en muchos aspectos.

Cada ser humano es un aspecto de la conciencia mayor, la cual es toda una unidad. Para muchos de ustedes éstas son meras palabras, pero es posible que abran una experiencia interior a través de la cual conocerán verdaderamente que todos ustedes son uno en conciencia. Quizás puedas lograr tener un indicio de esto aun ahora, cuando después de años de trabajo, eres capaz de reconocer diversos aspectos de tu personalidad y tratar con ellos. Algunos de ellos están en desarmonía con tu buena voluntad consciente, otros, en armonía. En el nivel más profundo hay un aspecto de conciencia que sobrepasa en belleza, sabiduría, fortaleza y amor hasta tus mejores intenciones y capacidades de traer armonía a tus desarmonías internas y, con el tiempo, externas.

Aprendes a identificarte con cada uno de tus aspectos y los identificas, uno por uno. De este modo logras tener un indicio de la suma total de tu ser manifiesto, lo que conoces como “tú”. Aprendes a aceptar aun aquellos aspectos que no te gustan y así transformas su energía en vez de separarte de ellos, lo cual hace que se manifiesten como fuerzas externas.

Eso se aplica a toda la creación. Eres parte de la conciencia universal, tal como un aspecto específico dentro de ti es una parte de tu personalidad total. Tu miedo intrínseco a superar la brecha que hay entre la conciencia del ego pequeño y separado y la conciencia del todo, proviene de la idea de que si superas esta brecha te perderás a ti mismo. Esto, por supuesto, es totalmente falso, ya que cuanto más te des cuenta de que eres todo, más serás tu mismo, serás más completo, no menos.

La meta general de la creación es superar esta brecha y establecer en todos lados la conciencia del todo. Te preguntas una y otra vez por qué existe esta brecha. Se han dado muchas explicaciones acerca de la así llamada caída – la caída de la gracia o la caída de los ángeles, o como sea que se la llame en la terminología religiosa.

Permíteme ahora darte una nueva versión del mismo proceso. Esto no es sólo para informarte y enseñarte cosmología. Lo que te diré acerca de la creación tendrá un valor inmediato y práctico para tu desarrollo. No sólo te abrirá más a la verdad cósmica más profunda fuera de ti, sino que encontrarás todas estas verdades dentro de ti ahora mismo, si deseas verlas. Con el tiempo entenderás en el nivel más profundo por qué te identificas con esta conciencia del ego separada, por qué tienes tanto miedo de permitirte la fusión con la conciencia mayor. Entenderás cuán ilusorio es este miedo y

VERSION PRELIMINAR SUJETA A REVISION

verás que de hecho el sufrimiento viene de tu resistencia, y por lo tanto es innecesario. Estas palabras ayudarán a abrir la puerta a un conocimiento más profundo y a la experiencia de la verdad eterna e inmutable.

Una vez más debo recordarte lo difícil que es expresar la realidad dentro de los confines del lenguaje humano, ya que los términos y conceptos del lenguaje humano están formados de acuerdo con un aspecto muy estrecho de la realidad. En consecuencia, mis palabras siempre pueden ser mal entendidas y distorsionadas, o simplemente sonar incomprensibles, confusas y contradictorias. En realidad, tus términos tridimensionales no pueden contener las verdades multidimensionales que están más allá de la captación humana, sin embargo, si permites deliberadamente que el entendimiento de tu corazón y de tu alma, de tu intuición más profunda, te llene, mis palabras llegarán a ti en alguna medida. Habrá un eco de algún entendimiento interior que casi no se puede poner en palabras.

La Creación “comenzó” – y por supuesto que en realidad nunca comenzó, entonces, cuando digo “comenzó” nuevamente estoy haciendo entrar un concepto en el lenguaje humano, un concepto para el que no hay ninguna otra palabra. ¡Trata de sentir esta verdad! La Creación “comenzó” con la chispa divina. La chispa podrá haber sido pequeña en un vacío inmenso, pero en esta chispa pequeña estaba la suprema realidad divina, comprendiendo todo lo que es consciente dentro de la más poderosa energía creativa, la sabiduría y el amor más increíbles. El Creador divino infinitamente bueno tenía como meta llenar este vacío, un vacío de nada, con la chispa del todo. Gradualmente, la chispa empezó a esparcirse y lentamente penetró en la oscuridad y la nada del vacío. La chispa tenía luz increíble, vivacidad resplandeciente y totalidad. El vacío formaba un infinito en las regiones “exteriores”; la chispa formaba un infinito en las regiones “interiores”. Aquí podrá aparecer una contradicción en términos humanos dualistas. ¿Cómo podría haber dos infinitos? Es verdaderamente imposible transmitir esto a la conciencia humana: cómo podría ser verdad que hay un infinito, pero es tanto vacío como chispa interior de luz eterna, esta última llenando el primero.

La chispa eterna esparce inexorablemente sus regiones interiores infinitas. Quizás puedas visualizar su forma en una imagen: imagina un líquido espeso, dorado y resplandeciente, rebosante de energía y de gloriosos potenciales creativos, conteniendo dentro de sí a todas las semillas. Brillante, efervescente, vivo, intensamente consciente, está dotado con todo el poder concebible e inconcebible para crear mundos y seres. Se esparce lentamente, teniendo como meta llenar la nada aparentemente infinita. Éste es el Todo, en su infinito y eternidad, llenando el vacío inexorablemente, hasta que no hay más vacío.

Dado que el Todo es una conciencia tan vibrante y una energía tan poderosa, no puede evitar penetrar el vacío entero. La región exterior será llenada por entero con el mundo interior de luz y vida.

En el proceso de esparcirse, partículas de este Todo, de esta chispa divina, parecen haberse perdido y “olvidado” el origen de su estado de totalidad y conexión. Estas partículas creen que son puntos aislados de conciencia, arrojados a la oscuridad exterior y luchando para no ser tragadas por ésta. Esta lucha es una ilusión; el miedo es una ilusión. El punto aparentemente aislado no está realmente aislado. La conexión existe siempre, pero en el proceso de penetración, la vida y totalidad que avanza y se esparce es disminuida parcialmente en su manifestación. En este estado disminuido hay “tiempos” en que la oscuridad exterior parece estar más cerca y ser más real que la vida interior de la chispa.

El vacío exterior no es malo ya que el mal no es la nada. El mal llega a existir cuando las partículas de la chispa divina pierden su memoria, todavía no han recuperado el conocimiento de su estado de conexión y luchan contra el vacío. La lucha feroz para no dejar de ser, no dejar de existir, para no abandonar la vivacidad, distorsiona la realidad y la energía divinas. La transición temporaria crea un estado que podría ser llamado "mal". Pero es temporario.

Este aspecto de la realidad divina, temporaria y aparentemente separado, inevitablemente debe ser atraído de vuelta al Todo que se esparce por siempre. O sea, en realidad no es atraído de vuelta, sino que la plenitud por siempre creciente de la chispa que se esparce alcanza al aspecto que se ha adelantado en una forma disminuida. Toda la naturaleza, con sus diversas formas de vida, es parte de esta gran ola que avanza lentamente y llena las regiones exteriores.

Tu propia vida, tu lucha y tu desarrollo deberían ser vistos desde esta perspectiva. Siéntete a medida que traes verdad y divinidad a todo tu ser. Ésta es la chispa en ti, empujando para penetrar en las regiones exteriores. Cuanto más progresa la vida en la Tierra en espiritualidad, justicia, amor, verdad y unidad, más cumple con este proceso creativo.

Todo esto explica tu resistencia para abandonar tu negatividad, tu maldad. Si el aspecto aislado ha perdido de vista su conexión con el esquema total y su propósito en él, ya no puede identificarse con la conciencia del Todo del cual es una parte. En consecuencia, abandonar las actitudes negativas que expresan la lucha contra el vacío oscuro parece amenazar al individuo con la extinción. Abandonar el mal parece como entrar voluntariamente en la nada oscura – lo cual es confundido con la muerte física. Dado que la realidad divina en última instancia debe llenar todo lo que es, todas las partículas habrán de reunirse - o más bien, habrán de descubrir que siempre han estado unidas con el Todo.

Cuando te encuentras con tus terrores más íntimos, lo que experimentas es el miedo de que el vacío tragará la chispa divina aparentemente separada. Ya que lo que digo aquí, por filosófico, metafísico y remoto que pueda sonar, no es un suceso remoto, que no esté relacionado con tu vida actual. Cuando entres profundamente en ti mismo, encontrarás que este miedo es algo continuo en tu vida interior y exterior. Encontrarás el terror al vacío, y finalmente encontrarás la conciencia eterna, la conciencia del todo, que tú eres y que nunca puede morir, y que habrá de interpenetrar el vacío lentamente.

Cuanto antes hagas lugar para estas verdades y respondas a ellas abiertamente, más rápido experimentarás el verdadero estado de tu ser. Pero cuando tu conciencia está empapada en el estado de separación como la única "realidad", cuando confunde el estado momentáneo con la realidad última, tu mente bloquea la experiencia.

Éste es el plan de creación, esto es evolución, ésta es la meta. ¿Puedes ver como eres parte de ello, como cada uno de ustedes es parte de ello? Tienes una tarea ya que tú eres Dios. Lo último en ti, el Todo en ti te envía hacia adelante, envía hacia adelante un aspecto de sí mismo que entonces se manifiesta como una conciencia del ego aparentemente separada. La tarea de este aspecto separado es indagar en sus propias profundidades y potenciales para encontrar lo infinito de la vida, el poder, la sabiduría, el amor, la belleza y la eternidad, ya que la totalidad está contenida también en la parte. Tu tarea es hacer que todo tu ser consciente se dé cuenta de esto, para que puedas esparcir tu ser en el vacío consciente y deliberadamente, llenándolo con tu naturaleza real.

Cuando medites profundamente serás capaz de usar estos conceptos inmediatamente para entenderte y entender tu vida. Ustedes en su mayoría han profundizado lo suficiente como para estar listos para usar estas palabras, para conectarse intuitivamente con ellas. Una vez que veas su verdad, algo muy vital cambiará, ya que a medida que aprendas a aceptar los aspectos tanto positivos como negativos que hay en ti y de este modo te unifiques, empezarás a sentir del mismo modo acerca de lo que te rodea y sabrás que todas las personas - te gusten o no, las apruebes o no, sean seres desarrollados o no – son aspectos del todo, tal como eres tú. También sabrás que lo negativo, sea en ti mismo o en los demás, es meramente un aspecto del ser positivo. Dejarás de sentirte alienado de él y atemorizado por él. Pero primero es necesario que empieces por dejar de estar alienado de cualquier cosa que exista en ti y atemorizado por ello, ya que cuanto más miedo tengas de aspectos de ti mismo, más habrás de proyectar este miedo en la vida externa, en otras personas y en condiciones externas. El único modo en que puedes dejar de tener miedo de la vida, de otras personas, de la muerte, es encontrarte con aquello que más temes en ti mismo. Éste es el camino. Repito: ¡Éste es el camino!

Mis amigos, les he prometido que les daría más material vital y ejercicios espirituales específicos que los ayudarán a avanzar en su camino. El primer ejercicio que deseo dar es muy importante y trata con el nivel del sentimiento. Pero primero quiero darte una breve explicación.

Para este momento todos ustedes han estado en contacto con sentimientos muy profundos que quizás nunca antes se habían atrevido a experimentar o aceptar, y han aprendido cómo expresarlos. Pero todos ustedes albergan aún una concepción errónea muy importante acerca de los sentimientos, que es que de algún modo pueden “deshacerse” de los sentimientos negativos. Ésta es una ligera distorsión. Sin embargo, no quiero dar a entender que siempre estarás agobiado por sentimientos negativos no resueltos. Debemos hacer una distinción clara entre los sentimientos estancados residuales que la personalidad refrena sin darse cuenta, y la capacidad innata de la personalidad de experimentar cualquier sentimiento si el alma está en un estado fluido. Por ejemplo, cuanto menos miedo tengas de tu enojo reprimido y más aprendas a aceptarlo, expresarlo y asumir responsabilidad por él en vez de proyectarlo en otros, más libre serás de producir enojo “a voluntad”.

En el momento en que pienses en este trabajo en términos de “deshacerte” de sentimientos, habrás de confundirte. He dicho a menudo que cuando transformas la energía de un sentimiento inapropiado destructivo, no lo eliminas. Lo que quiero agregar aquí es que puedes hacerte consciente del estado - que hasta ahora es sólo una posibilidad - en el que eres tan flexible, estás tan al mando de ti mismo, que todos los sentimientos pueden ser expresados porque este potencial siempre existe en ti. El ideal falso de un estado espiritual altamente desarrollado es que debería carecer completamente de enojo, ira, miedo, dolor o tristeza. Esta idea es distorsionada y lleva a una imagen rígida y no realista. Cuanto más capaz seas de experimentar cualquier sentimiento, menos esclavo serás de él. Cuanto menos puedas convocar a los sentimientos, más atemorizado estarás por ellos y por lo tanto, más a su merced. Esto podrá manifestarse en ponerlos en acción de un modo destructivo e incontrolable, o en el estancamiento de todas las energías creativas, los potenciales y la capacidad para sentir. Como toda falsedad, esta concepción errónea conduce a un conflicto dualista, un dilema.

El movimiento es uno de los subproductos esenciales de la vivacidad, del estado unitivo. El vacío es fijo; la chispa del todo se está moviendo constantemente. Tú estás luchando constantemente entre estos dos estados. Deseas persistentemente el no-movimiento. Entonces experimentas miedo al vacío. Deseas no-movimiento en la ilusión de que el

movimiento te podrá llevar al vacío, donde tu conciencia cesará. Sin embargo, la chispa de vida interior empuja hacia el movimiento.

En consecuencia, en tu camino estás aprendiendo a mover tu cuerpo, aprendiendo a mover tus sentimientos, aprendiendo a mover tu mente, de modo que tu espíritu te pueda mover. Se le debe permitir al espíritu en movimiento que se manifieste, por eso todos los otros niveles de la personalidad deben alinearse con la naturaleza innata del espíritu: el movimiento.

Mueves tu cuerpo para que el flujo de energía pueda penetrar en todo tu sistema físico, en toda tu energía física. Mueves tus sentimientos aprendiendo a dejarlos salir y a sentir sus movimientos dentro de ti. Mueves tu mente abriéndola a nuevos modos de mirar las cosas. Ésta es una tarea esencial. Tus ideas fijas impiden que el espíritu mueva tu mente y la inspire con una verdad más elevada. No estoy hablando sólo de conceptos generales sino acerca de tus situaciones actuales. Lo que sucede es que adoptas ciertas opiniones y juicios y luego inviertes en ellos tanta energía que con el tiempo crees que son tus sentimientos reales. La energía negativa es creada por pensamientos rígidos y en consecuencia, inevitablemente falsos. La verdad limitada, que crees que es la verdad total, se vuelve entonces la herramienta del error y el autoengaño.

Entonces, lo que ahora podrás creer que son emociones, a menudo son meramente opiniones fijas. Y allí donde tus sentimientos deberían desplegarse, estás paralizado y eres incapaz de dejarlos fluir. La tarea de cualquier *pathwork* es poner todo el sistema en movimiento. Pero saber cuándo es apropiado qué, requiere tener una percepción muy afinada del momento correcto, de no ser así, se puede hacer daño. Cada nivel de la personalidad requiere un enfoque diferente. Además, antes de que se puedan usar ciertos ejercicios, debe existir cierta agilidad en el cuerpo, los sentimientos y la mente, de no ser así ocurrirán distorsiones. Por ejemplo, los sentimientos producidos deliberadamente podrán ser distorsionados mediante la dramatización, la exageración, la falsificación. La obstinación en la voluntad propia podrá ser usada para montar un buen show y fomentar la ilusión de que el alma es flexible y está en un estado fluido.

Por la misma razón, cuando la mente se ejercita probando nuevas alternativas en el modo de ver una situación con el motivo ulterior de escapar para no enfrentarse con la culpa, la acusación y el hacerse la víctima para justificarse, esto podrá llevar a una serenidad falsa y superpuesta que encubre muchos sentimientos negativos con los que todavía no se ha tratado. Puedes ver que la percepción del momento correcto juega aquí un rol muy importante.

Consideremos ahora lo que dije acerca de los sentimientos negativos: que tratar de deshacerse de ellos por completo es una distorsión. En tanto cultives tu capacidad de producir y experimentar cualquier sentimiento, el sentimiento, si es indeseable, no tendrá poder sobre ti. Nunca puedes dejar atrás tus sentimientos de modo fijo y definitivo. No hay ningún estado futuro en el que todas tus metas estén cumplidas y ya no necesites moverte. Este concepto mismo surge del miedo al movimiento, del rechazo al movimiento y en consecuencia, de la ilusión de que el movimiento es indeseable. Si estás en un estado de verdad, el movimiento es deseable, y el no-movimiento es evitado.

Tomemos como ejemplo el nivel físico. Supón que has trabajado lo suficiente en el nivel físico y en el nivel emocional como para eliminar todos tus bloqueos musculares. Esto no significa que ahora puedas dejar de mover tu cuerpo. Si lo hicieras pronto se formarían otra vez nuevos bloqueos, ya que tu decisión de permanecer estático estaría basada en un concepto falso de la vida, y se desarrollarían sentimientos negativos, en este caso, el miedo. Si no tratas con este miedo, reconociéndolo, aceptándolo y

desafiándolo, entonces cedes ante la idea falsa, el miedo, el cual te impide moverte en cualquier nivel.

El individuo sano continúa moviéndose, no por razones terapéuticas sino por alegría. Entonces el movimiento ya no es una faena, es un placer. En tanto el movimiento sea una faena, la tentación de estancarse y ceder ante el vacío será grande. Esto se debe superar moviendo tu mente hacia nuevas direcciones, decidiendo moverte en todos los niveles de modo que tu espíritu pueda penetrar y vivificar todos los niveles con su vida y su verdad. Tu espíritu desea traer luz a la oscuridad y movimiento al estancamiento. Si dejas de moverte empiezas a morir.

Lo mismo es verdad en el nivel del sentimiento. Las personas que están avanzadas en su desarrollo podrán ciertamente haber resuelto los sentimientos residuales de odio. Podrán haber atravesado su dolor residual. Podrán haber disipado su enojo residual. Esto no significa que tales personas no puedan experimentar nunca más esos sentimientos y que no lo harán. Al contrario, cuanto más se han aceptado los sentimientos residuales y ya no se les teme ni se les rechaza, mayor es la habilidad propia para mover las corrientes del alma en cualquier dirección en cualquier momento. Tales personas pueden ahora experimentar cualquier sentimiento a voluntad. Sin embargo, la experiencia no debe venir de la tensa obstinación en la voluntad propia, tiene que venir de la voluntad interior suave y sana. Si puedes hacer esto, si puedes producir a voluntad odio y enojo violentos, producir a voluntad dolor y tristeza, producir a voluntad miedo y terror, producir a voluntad ecuanimidad y paz, placer y alegría, amor y compasión, entonces por cierto que estás en posesión de ti mismo y puedes ser movido desde dentro.

Aquéllos que tienen una tendencia a dramatizar en exceso, a ser obstinados y a falsificar los sentimientos deberían abstenerse de estos ejercicios porque primero deben despojarse de la máscara que oculta su vergüenza por sus sentimientos reales. Aquéllos que tienen una tendencia a usar ciertas emociones limitadas como una defensa contra otras emociones deberían abstenerse deliberadamente por un tiempo de usar el sentimiento superpuesto para practicar. Digamos que alguien usa el miedo como una defensa contra el rencor, la violencia, la malicia y el odio. Todos esos sentimientos deberían ser resueltos antes de intentar cualquier ejercicio.

No será difícil para ti ver que las personas que están muy contraídas, restringidas y alienadas de su núcleo no son capaces de producir ningún sentimiento, o son capaces de producir sólo una cantidad muy limitada. Están insensibilizados y paralizados en ese nivel, mientras que las personas que ya están mucho más liberadas de la constricción y las defensas porque ya han tratado con los sentimientos residuales, son mucho más flexibles y pueden decidir con facilidad estar enojadas, tristes o en cualquier estado emocional que deseen en el momento.

Los ejercicios se deberían hacer gradualmente con esto en mente, y cada uno de ustedes debería evaluar en qué lugar está con respecto a esto. Esto resultará ser inmensamente útil y promoverá tu desarrollo. Usa tu guía interior con respecto a cuándo y cómo aplicarlos. El conocimiento de estos principios es muy importante. Cuanto más puedas producir sentimientos, más capaz serás de hacer salir los últimos vestigios de sentimientos que han sido descuidados. Aun cuando estos sentimientos se hayan ido completamente, deberías practicar la fluidez emocional para mantener la sustancia de tu alma vibrante y fluida.

Siempre he mencionado lo importantes que son los movimientos del alma. Los movimientos cósmicos interiores que constantemente pasan por ti pueden hacerse conscientes sólo cuando tu estado emocional es ágil, cuando puedes tener emociones

fácilmente. Permítete ser inspirado acerca de estos ejercicios; hazlos deliberadamente. Por supuesto que requieren la energía de varias personas. Es mucho más difícil hacer estos ejercicios tú solo, aunque con el tiempo hasta serás capaz de hacer eso.

Empieza por escuchar dentro de ti para encontrar cuál es tu sentimiento predominante en el momento. Al principio podrá ser sólo tenue y necesitarás intensificarlo y permitirte experimentarlo y expresarlo completa e intensamente. Después de eso podrás explorar otros sentimientos a medida que empiecen a manifestarse. En otros momentos tu *helper* podrá decidir concentrarse en ciertos sentimientos o tu inspiración te dirigirá. Trabaja siempre con meditación, pidiendo guía e inspiración.

Esta práctica de hacerte fluido y flexible es muy importante para tu alineación última con tu centro divino. Con el tiempo, también te daré algunos ejercicios mentales para hacer. Entretanto, te daré uno específico. Toma cualquier situación en la que estás ahora que te está molestando, cualquier disturbio en tu vida. Observa el constructo que has erigido en tu mente con tu conclusión firmemente fija para convencerte y eliminar las perturbadoras dudas de ti mismo. Indaga con tu facultad activa de decisión para visualizar alternativas diferentes de aquélla que eliges. Juega con estas otras alternativas. Nuevamente, permite que tu espíritu te inspire y te guíe hacia nuevos canales, los cuales podrán mostrarte que no serás aniquilado si abandonas tu punto de vista que está fijado en la interpretación actual. Este punto de vista fijo es responsable en una medida considerable por la perturbación misma que sufres. Debes ver esto.

A menudo debes desenterrar primero qué es lo que realmente crees. Pero una vez que esto ha sucedido, esas creencias tienen que volverse flexibles. Considera otras creencias. Amplía tu perspectiva acerca del tema mismo que proteges tan tenazmente con ciertas opiniones. Deseas creer que tus juicios, pensamientos y opiniones son el resultado de una situación perturbadora específica. Yo digo que es al revés. La situación perturbadora es un resultado de tu tendencia a albergar justamente tales pensamientos, juicios y opiniones a causa de una motivación y una intención subyacentes. Quizás esto se pueda enfrentar con menos resistencia cuando permitas que tu mente se vuelva más flexible y pruebes nuevas interpretaciones alternativas. Si bajo ciertas circunstancias existe la tendencia a construir un grupo de opiniones y juicios, éste estará siempre allí en suspenso, esperando para la próxima ocasión. En otras palabras, las desviaciones psicológicas están asociadas con una mente fija e inflexible con la que se debe tratar en ejercicios activos y enfocados. Cuanto más dispuesto estés a hacer esto y pidas guía e inspiración interior para que tu mente pueda dar un paso y salir de los confines del constructo, más flexible se volverá tu mente.

A medida que pasen los años, aprenderás a hacer esto cada vez mejor. Alinea con el centro divino tu ser entero: tu ser físico, tu ser emocional y tu ser mental, a través de la habilidad para ser fluido y flexible en todos los niveles. Éste debería ser el lema para el trabajo que comienzas esta temporada.

Antes de cerrar la conferencia, quiero dar otro ejercicio en forma de meditación en la tríada de orgullo, obstinación en la voluntad propia y miedo. Mira la misma situación molesta desde el punto de vista del orgullo: ¿Cómo estás actuando desde el orgullo? Visualiza luego la misma situación, enfocándote en cómo te sentirías si abandonases el orgullo. Si la única alternativa parece ser la humillación, entonces empieza a indagar otras posibilidades. Pide guía interior para experimentarte sin orgullo pero sin embargo sin humillación y con dignidad. Tienes que dar un paso voluntario interior real para ser capaz de verte de un modo nuevo que reconcilie la dignidad y la humildad y deje afuera tanto el orgullo como la sumisión humillante. Aun antes de que experimentes esta posibilidad, si estás listo para ella la vida divina la producirá desde dentro. Pero debes hacerte receptivo a ella.

Luego, haz lo mismo con la obstinación en la voluntad propia. Visualízate en un nuevo estado de reacción en el que ni eres obstinado en tu voluntad ni eres débil y explotado, en el que te haces valer pero puedes soltar y ceder. El equilibrio correcto vendrá desde tu núcleo de modos específicos para situaciones específicas. Pero la mente tiene que ser lo suficientemente abierta y flexible como para permitir que entren nuevas posibilidades. Y debes cultivar tus capacidades espirituales para poder confiarte a la guía interior.

Ten el coraje de pasar por la ansiedad que surge al principio cuando intentas abandonar el orgullo y la obstinación en la voluntad propia. Finalmente llegas al miedo. El miedo no puede desvanecerse antes de que se hayan abandonado el orgullo y la obstinación en la voluntad propia, ya que el miedo es un producto de ambos, como sabes al menos en teoría. También debes ver el miedo en términos de desconfianza del universo. Evidentemente crees que sólo tu obstinación en tu voluntad y tu orgullo pueden protegerte del peligro. Esto implica que el universo no es digno de confianza y que todo lo que tienes como dispositivo de seguridad es esta protección endeble: tu orgullo y tu obstinación en tu voluntad. Cuestiona esta premisa y experimenta con nuevas alternativas. Ábrete para que la realidad divina te inunde. Quizás ahora, quizás más tarde, pero habrá de venir, y penetrará en ti con un estado de conciencia en el que no hay obstinación en la voluntad propia, orgullo ni miedo, y en el que tus conflictos exteriores e interiores son trascendidos.

Haz un ejercicio en confianza en el que te abres a la posibilidad de que el universo te brinde cualquier cosa que necesites. Experimenta por el momento con este pensamiento: "¿Cómo sería si yo confiase en el universo, si en esta situación particular abandonase el miedo que viene de mi desconfianza y por lo tanto, del orgullo y la obstinación en mi propia voluntad?" Permite que tu núcleo central te llene con un indicio de un estado en el que puedes reaccionar sin obstinación en tu voluntad, orgullo ni miedo.

Mis amigos, estos son ejercicios preliminares para que practiquen para su desarrollo.

Amor y bendiciones se dan a todos los que están aquí, con una fuerza tremenda que pueden utilizar. Permite que esto abra tu ser interior para que pueda luego fluir hacia tu ser exterior. El universo es bueno y hermoso, y no hay nada que temer, ni adentro ni afuera, por mucho que parezca ser de otra manera a causa de tus distorsiones actuales. Permite que el amor fluya entrando en ti para que pueda salir de ti. Sean benditos, estén en paz.