

## LA SUPRESIÓN DE LAS TENDENCIAS CREATIVAS

Proceso de pensamiento. Saludos mis queridos amigos. Les traigo bendiciones divinas. Bendita sea esta hora.

Les prometí que en la discusión de esta noche nos enfocaríamos a la personalidad humana desde un ángulo ligeramente diferente y esto sólo para quedar dentro de la última conferencia de la temporada. Vamos a considerar la conferencia de hoy no sólo como el final del período sino como introducción al trabajo de la nueva temporada.

En el pasado les hablé primeramente sobre ciertos factores en el universo, como la creación y la parte que juega en él la entidad humana. Esto dio como resultado la importancia del desarrollo personal y la purificación. La segunda parte de mi conferencia tuvo que ver con las obstrucciones en el alma humana debido a conceptos equivocados conscientes o inconscientes, conclusiones erróneas, desviaciones, para resumir, las imágenes que causan conflicto e infelicidad. En otras palabras, tratamos con la curación de la parte enferma del alma. Tal curación ocurre cuando la personalidad aprende a enfrentar sus errores, faltas y egoísmo de la mayor parte que se encuentra reprimida. Cuando estas partes reprimidas salen a la superficie y son entendidas en su significado del porque están basadas en suposiciones erróneas, el concepto real y verdadero se puede ir construyendo gradualmente en la psique. Por lo tanto, la parte importante de nuestro trabajo tiene que ver principalmente con enfrentar los aspectos negativos reprimidos de la personalidad humana.

Pero esto no es lo únicamente necesario para desdoblar y desarrollar la personalidad en su máxima capacidad. El hombre no sólo reprime los aspectos negativos, sino también las tendencias positivas y creativas. Nuestra meta no sólo es curar o sanar la parte enferma del alma, sino de igual importancia es estimular el crecimiento y desarrollo de lo que lucha en ustedes por manifestarse pero no se le permitió expresarse en su debido momento. Como ya sabemos la represión de lo negativo los lleva, inevitablemente a la represión de lo positivo y es evidente que la presencia de las tendencias destructivas basadas en conclusiones negativas en el inconsciente, los lleva a la imposibilidad de manifestar lo creativo y constructivo en ustedes. Luego entonces tendremos que seguir, ciertamente, tratando las desviaciones en ustedes como hasta ahora lo hemos hecho. Al introducirlos a un nuevo enfoque no quiere decir que el pasado enfoque tenga que ser descartado, todo lo contrario, por lo regular es necesario continuar investigando y buscando estas imágenes destructivas en todos sus aspectos y variaciones. Yo no pienso que ninguno de ustedes aquí crea que esta parte del trabajo está concluida.

Al mismo tiempo tendremos que añadir este nuevo enfoque por el cual investigaremos las represiones de las tendencias positivas y creativas que claman por ser expresadas en su propia individualidad, de una manera que no necesariamente corresponde a las ideas de su entorno.

Se preguntarán por qué los aspectos positivos se reprimen, pensarán que esto no tiene sentido, ya que solamente lo negativo, que es desagradable de enfrentar, debe ser reprimido. Pero esto no es así, contra más frecuentemente tu reprimas lo más desagradable también reprimes los aspectos más creativos y constructivos de ti, aquellos que te guían a tu crecimiento personal y benefician tu propia personalidad. (Te habrás dado cuenta, haciendo un análisis más profundo, que todas tus faltas están contenidas en los conceptos equivocados e imágenes ya que las faltas en si mismas son conclusiones erróneas).

Te darás cuenta de cuán frecuentemente devalúas lo mejor en ti, no debido solamente a motivaciones erróneas, sino porque eres o pareces ser devaluado por tu entorno. La conferencia anterior, acerca de LA VERGÜENZA DEL SER SUPERIOR, es una visión muy general y universal acerca de este mismo tema, con la cual han sido gradualmente preparados para esta siguiente fase. Pero aparte de tales condiciones universales, hay muchas otras represiones individuales y muy personales que no tienen nada que ver con

bueno o malo, correcto o incorrecto. Lo que puede estar mal para otra persona quizá sea lo que tu necesitas, pero no lo sabes. Ustedes piensan que tienen que pensar, sentir, actuar, hacer y expresarse generalmente de la manera prescrita por su medio ambiente. Una de las más comunes enfermedades de la humanidad es la tendencia a generalizar y estandarizar y esto tiene muchas más consecuencias de las que ustedes pueden imaginar. Afecta también su propia psique evitando su desarrollo personal, creatividad y expresión. Esto se puede manifestar en una cierta manera muy particular de vida que no es escogida libremente porque el medio ambiente parece desaprobado la propia. Realmente no sólo es que no haya nada malo con tu camino sino que quizá este camino en particular, sea el que tu alma verdaderamente necesita para alcanzar su máximo crecimiento. Este modo de vida puede referirse a muchas cosas. Puede significar que suprimas una actividad o talento que permite a tu alma el máximo desarrollo o puede referirse a un detalle aparentemente sin importancia a cerca de la manera en que tu quieres vivir, pero este detalle aparentemente insignificante puede ser mucho más importante de lo que crees, ya que toda tu personalidad está influenciada por detalles aparentemente sin importancia. Por ahora quizás no seas consciente de lo que tu no te atreves a querer o a hacer pero, sólo liberándote de tus desviaciones con todas sus intenciones negativas podrás traer a la superficie y a la luz las represiones positivas así como las negativas.

Aparte de estas represiones individuales y muy personales de tus más grandes fuerzas creativas, hay algunas universalmente generales tales como las señaladas en la conferencia a cerca de LA VERGÜENZA DEL SER SUPERIOR. Otra de estas represiones generales que podemos encontrar en cada alma, es la represión del desarrollo espiritual. Esto quizás no se aplique abiertamente a ustedes pero aún se pueden encontrar aspectos de ella muy dentro en las profundidades de su ser. Si el hombre se niega a sí mismo la expresión de su naturaleza espiritual, se daña a sí mismo tanto como cuando reprime cualquier otra manifestación de la Fuerza Vital y aunque ahora tú te des el derecho de expresar tu naturaleza espiritual, ciertamente en el pasado no lo has hecho y lo más importante es saber por qué. También sería importante encontrar el desafío que necesitaste para lograr esto y la rebeldía que te movió para hacer eso para lo que no necesitabas ni desafío ni rebeldía. Cuanto miedo y vergüenza aún subsiste en relación con esta faceta de tu personalidad, especialmente hacía cierta gente. Todo esto es muy importante de reconocer. Quizás aún supones que la interacción entre represión de los aspectos negativos y positivos es regularmente muy fuerte. Tu dependencia de la opinión y aprobación pública, afecta por lo tanto, no solamente en tus faltas, tu egoísmo y tu destructividad, lo cual provoca que formes imágenes en tu mente inconsciente sino también causa el que pierdas lo mejor que hay en tu naturaleza. Y lo anterior te hace sufrir tanto como lo último.

Cuando hablo de la necesidad de expresión de su naturaleza espiritual, la religión como organización, es raramente la respuesta, al menos en este tiempo. Pero aún en tiempos pasados, la religión como organización podía lograr muy poco. Como todas las instituciones humanas, es afectada por la tendencia humana a generalizar y estandarizar; hacer reglas y dogmas, presumiendo que puede abarcar la verdad para todos los seres. Es más, suponiendo que pueda abarcar la verdad para el grueso de la conducta que tiene que ver con el crimen y el sostenimiento de las leyes para el bien de la comunidad, la espiritualidad personal del hombre es evidentemente un asunto privado. El máximo crecimiento de un ser humano puede estar basado en factores y caminos espirituales totalmente diferentes que para el máximo crecimiento de cualquier otra persona. La religión como organización, no toma esto en cuenta, ni aún los modernos sustitutos de la religión. La única manera en que el hombre puede aprender a expresar esta parte importante de su naturaleza, es por medio de un trabajo como el que estamos haciendo, que es la de reconocer los factores que causan la represión de la propia individualidad con todas sus manifestaciones.

La expresión de tu propia naturaleza divina no puede ser ajustada a reglas estandarizadas, regulaciones y dogmas, no importando que tan éticas puedan ser sólo podrán mostrar la conducta correcta externa y nunca la interna. En tiempos pasados la naturaleza espiritual del hombre era obstaculizada por las reglas generales de su credo. En los tiempos modernos, la naturaleza espiritual del hombre es obstaculizada por los nuevos dogmas, tales como la filosofía materialística de vida. Siempre que el hombre se incline ante las reglas de su sociedad a costa de suprimir su crecimiento espiritual individual, su alma sufrirá y perderá dirección.

Cuando ustedes nacen a esta vida, ya traen dentro de sí su propio plan de vida individual. Para poderlo llevar a cabo, su psique reclama proceder en cierta dirección. Cuando ustedes la niegan, sea por desviaciones, imágenes, conclusiones erróneas o el creer que lo correcto a hacer es lo que proclama el medio

ambiente, las consecuencias son que el máximo crecimiento de su personalidad se vea gravemente amenazado.

Así como el hombre por lo regular ignora la diferencia entre amor y debilidad sentimental, dependencia masoquista (que es lo mismo que retirarse del amor) del mismo modo ignora la diferencia entre verdad, espiritualidad individual y el escape, por motivaciones de debilidad, hacia pseudo religiones. Esta falta de discriminación tiene serias consecuencias para la personalidad humana.

La falta de consciencia de la dirección de su más profundo ser y, el por qué su ser externo no escucha a esa voz, es causa tanto de los trastornos de personalidad como de la supresión de los aspectos negativos. Será tu próxima meta en este trabajo el enfocar esta faceta de tu personalidad. Será una consideración adicional en conexión al trabajo que hemos estado haciendo hasta ahora. Esto es de suprema importancia y será también más fácil para ti ya que no siempre es placentero enfrentar tus faltas, tu egoísmo infantil y todos tus conceptos erróneos. Después de un completo entendimiento, sobreviene la liberación, pero hasta que esto sucede, la resistencia inconsciente y la lucha en contra de tal reconocimiento perjudica la alegría del trabajo. Es verdad que quizá tu también puedas experimentar cierta tristeza cuando descubres que no hiciste caso a la voz interior que te hubiera llevado a la realización que no considerabas tan correcta. También es cierto que a pesar de que deseas la meta correcta y tienes el deseo puro de tu alma, tus tendencias negativas juegan un rol en el no escuchar la voz de tu ser interior y una cierta cantidad de tal resistencia persiste quizá todavía en esta fase del trabajo. Pero dentro de todo ciertamente será mucho más fácil buscar las represiones que ahora sabes que tienen completo derecho de expresión. Lo que vagamente sentías que estaba mal y tenía que ser ocultado, ahora encontrarás que es parte de lo mejor en ti y que te llevará a tu superación y completo desarrollo en el sentido emocional y espiritual más alto. Aún de lo que te habías sentido alguna vez culpable, ahora estarás listo para abrazarlo con grata aceptación. Te llevará cada vez más cerca de ser la persona que realmente eres.

Para poder desarrollar la personalidad humana en su totalidad, también será necesario acercarse a este desarrollo aún desde otro ángulo. Por mucho tiempo hemos estado preocupados con el lado emocional de su naturaleza. Repito, cualquier otro acercamiento no quiere decir aflojar los esfuerzos en esa dirección. Por ahora ustedes están completamente conscientes de la importancia de las emociones inconscientes y usaremos cualquier nuevo acercamiento como ayuda adicional para devengar otros beneficios en el desarrollo de la personalidad. A parte de trabajar sobre su psique, su inconsciente, sus emociones y sentimientos, también pondremos atención al proceso de pensamiento en el hombre. En realidad no hay un estricto y claro límite entre estos dos aspectos de personalidad ya que de hecho comúnmente interactúan aunque también de hecho existe una diferencia.

La importancia de entender el proceso de pensamiento los llevará a la maestría sobre su ser, así como el trabajo psicológico hace lo mismo desde otro lado. Si ustedes están gobernados por sus emociones, conscientes o inconscientes, automáticamente pierden control sobre su ser y sobre su vida. Lo mismo se aplica al proceso de pensamiento. Si tu, te vuelves un maestro sobre tus pensamientos, te vuelves un maestro sobre tu mente y por lo tanto tendrás maestría sobre tu vida. Cuando digo "maestría," ciertamente no me refiero a alguna disciplina que reprima lo negativo o lo positivo en ti. Esto, desafortunadamente es mal entendido y mal practicado, de manera que tendremos que tener cuidado de no caer en el mismo error. Ustedes pueden ser maestros en el control mental, sin rigidez ni supresión y bien hecho, traerá a la consciencia todo lo que necesita estar en la superficie. Muchas corrientes enseñan control mental pero por el camino de la supresión, y esto, como ya he dicho, no es necesario y sí muy dañino. El control mental nunca debe llevarte a prohibir que tus emociones se manifiesten para que de esa manera puedas observarlas y evaluarlas.

El entendimiento y control del proceso mental es un aspecto muy importante del crecimiento de la personalidad. Sin él la expresión completa de tu ser total, es imposible. Trataremos de aprender esto y detallarlo más en nuestras sesiones la próxima temporada pero mientras les daré algo para meditar a cerca del tema y en cierta medida quizá, puedan prepararse durante este verano. El primer paso, como siempre, es el reconocimiento de lo malo. Reconocer tus pensamientos incontrolados, su poder sobre de ti, su significado y su falta de significado. El proceso mental también sucede en diferentes capas o niveles y mediante una

correcta observación y concentración en esta dirección, gradualmente aprenderás a ser consciente de estas diferentes capas, siendo esto muy beneficioso para ustedes en más de una manera.

El pensamiento del primer plano es voluntario, el pensamiento del segundo plano es involuntario. Cualquier cosa que yo les diga lo experimentarán como verdadero si aprenden la correcta auto observación. El pensamiento del primer plano o voluntario es claro y conciso, mientras permanezca en el primer plano y no se deslice, sin notarlo, hacia el segundo plano. Si ustedes quieren pensar algo ya sea constructivo o no constructivo, si lo llevan a cabo, es pensamiento del primer plano. Cuando ustedes están en calma y observan su proceso mental, muy pronto empezarán a notar la importancia del pensamiento del segundo plano. El pensamiento del segundo plano viene espontáneamente, es desorganizado, no constructivo y también notarán que hay síntomas de emociones desordenadas y conflictos internos que nunca expresan el conflicto en sí mismo. Ellos pueden traer el núcleo del conflicto hacia fuera, si los síntomas son analizados y correctamente entendidos. Para poder hacer esto, los pensamientos vagos e involuntarios del segundo plano tendrán que traerse al primer plano. También se re experimentan eventos de conversaciones o impresiones que carecerán completamente de significado si la forma es irregular y fragmentada y no pertenecen al primer plano. La mente registra ciertas impresiones y las repite circularmente. Mientras estos pensamientos se queden en el segundo plano y mientras estén encubiertos o sin la completa consciencia, no se podrá distinguir en ellos lo que es verdaderamente importante o, absoluto desperdicio. La repetición de las impresiones es un síntoma importante ya que se vuelve un indicativo de síntomas de conflicto pero, sólo siendo una impresión constructiva puede añadir algo a tu vida, a tu persona y a tu ser interior. Solamente cuando estas impresiones y pensamientos son conscientemente observados pueden darte este beneficio. En otras palabras, tienes que convertir los pensamientos del segundo plano en pensamientos del primer plano. La mayoría de las veces, la repetición estereotipada de los pensamientos en el hombre, es verdaderamente materia de desperdicio que debe ser eliminada. El Pensamiento Ilusorio es otra categoría y tenemos algunas subdivisiones. Al re experimentar una conversación, la revisas para ver cómo fue, cómo debió haber sido, qué debiste haber dicho en lugar de lo que dijiste o, construyes un sueño de lo que deseas que pase en un futuro, volviéndose todo vago, ilusorio, fuera de la realidad, desconectado de tus deseos reales y desconectado de los verdaderos obstáculos que están dentro de tu alma. Estos pensamientos son un verdadero desperdicio si no son traídos al primer plano y analizados en cuanto a su valor real.

El material principal con el que están hechos los pensamientos del segundo plano es el pensamiento ilusorio así como los fragmentos de impresiones y repeticiones automáticas. Estos pensamientos vienen y van, son espontáneos, no son sucesivos, ellos interrumpen tu proceso mental voluntario y no son constructivos mientras tomen el poder de tu voluntad y no te permitan tomar las riendas para aprender a controlar el mundo de tus pensamientos. Por medio de este control mental tu puedes aumentar el conocimiento e incrementar la consciencia pero, en lugar de prohibirte a ti mismo el pensar, haz lo opuesto: Transfiere el material mental del segundo plano hacia el pensamiento consciente del primer plano, después aprende primero a discriminar, para que así, cuando encuentres lo que es insignificante puedas desecharlo. Este proceso te llevará a encontrar material adicional a cerca de tus conflictos inconscientes y te enseñará a controlar tu mente de una manera saludable y constructiva.

Es más, te proporcionará toda esa fuerza que había sido anteriormente ocupada por esos pensamientos del segundo plano, no se imaginan cuanta energía mental y emocional consumen y por supuesto que toda esa fuerza emocional y mental que se consume tiene por ende un efecto a nivel físico. Para poder aprender, primero se necesita concentración y ejercitarse en ese aspecto y después la observación y el control sobre tu proceso mental. Pero estos ejercicios no deben ser estenuantes, tampoco deben de tomar mucho tiempo de tu vida aunque un esfuerzo regular si es necesario.

El tener maestría sobre tu proceso mental mediante aprender a convertir tus pensamientos del segundo plano en pensamientos del primer plano discriminando su importancia, no sólo te permitirá liberar una gran cantidad de fuerza interna sino que también elevarás tu consciencia y ampliarás tu conocimiento de una manera general. Irás conociendo más y más de ti mismo, de tu situación interna así como de tu persona y de tu vida completa. De esta manera observarás más y conocerás más a los que te rodean, a la vida, a la naturaleza y a las cosas, por lo tanto elevarás tu compasión y tu comprensión, estarás más apto para concentrarte en los pensamientos y ocupaciones que tu elijas sin ser perturbado por el material mental

excesivo y fluctuante que sirve sólo para decrecer tu autoconocimiento y crear frustración por no poder estar donde quieres estar.

Los pensamientos del segundo plano involuntarios te convierten en gobernado en lugar de gobernador y no sólo experimentas esta falta de control por tu perturbación emocional y física sino que también te vuelves presa de estos pensamientos involuntarios. Hay por supuesto una conexión entre estos dos factores, que veremos más adelante. Los pensamientos involuntarios del segundo plano están constantemente interrumpiéndote y perturbándote y, aunque tuvieran cierto significado, no te podrán derivar ningún beneficio si no aprendes a transformarlos en pensamientos del primer plano y estar verdaderamente consciente de ellos. Toman posesión de ti mientras no estés profundamente interesado en una ocupación o actividad y, como ya he repetido varias veces, carecen totalmente de significado, así que en ambos casos producen pérdida. Son débiles con respecto a lo que consciencia se refiere pero son fuertes pues son mucho más poderosos que los aparentemente pensamientos poderosos del primer plano. Aprendiendo a observar este proceso descubrirás qué tan seguido estos "débiles" pensamientos del segundo plano se apoderan de ti a hurtadillas. Al principio estás completamente inconsciente de que ya no estás pensando lo que tu querías pensar y, de pronto te encuentras envuelto en material mental del segundo plano que sólo hasta ese momento podrás empezar a evaluar. Cuando se dice que la mente vaga, qué poca importancia le damos a esta afirmación y, al efecto que este "vagar" nos produce.

Estos pensamientos del segundo plano hacen que la concentración sea muy difícil, son responsables por la dificultad para fijar la atención en algo en particular, así como también por el desperdicio de tanto tiempo, trabajo y esfuerzo. Si tu tiempo, trabajo y esfuerzo no están constantemente puestos en ocupaciones y pensamientos constructivos, entonces tu mente se permitirá relajarse en el tiempo no utilizado. La mejor manera de relajación se consigue al darle a la mente la oportunidad de estar en calma y, los pensamientos del segundo plano, hacen esto imposible. El material mental del segundo plano dispersa a tu mente en muchas direcciones y la agota sin que te des cuenta.

Este desorden y esta desorganización son universales con muy pocas excepciones pero, desafortunadamente, estas excepciones han aprendido a controlar el proceso mental a expensas del conocimiento emocional, por lo tanto, el beneficio se cancela. Es nuestra meta el combinar estos dos factores de manera que uno ayude al otro, en lugar de que lo obstaculice.

La meta de este trabajo, en este grupo, no concierne solamente con la parte enferma de la naturaleza humana para hacerla más fuerte, libre y saludable sino, estamos igualmente interesados en el descubrimiento y desarrollo de la personalidad completa. Por lo tanto, en las sesiones venideras estaremos ocupados en tres principales planteamientos:

- Seguir encontrando y disolviendo imágenes, conclusiones erróneas y desviaciones.
- Encontrar las fuerzas creativas reprimidas, direcciones y actividades así como develar la propia naturaleza que debía de funcionar en ciertos aspectos particulares.
- Entendimiento y aprendizaje gradual del control del proceso mental.

En muchos aspectos estos tres, interactúan y se intercalan. Parte de este trabajo es encontrar estos vínculos y conexiones que son de suma importancia.

Quisiera sugerir un ejercicio para que comiencen este verano con alguna preparación para nuestro trabajo posterior juntos. Siéntate dos veces al día por cinco minutos, no más, a cualquier hora que desees. Escoge un momento y un lugar donde sepas que no vas a ser molestado y no temas sufrir interrupciones. Siéntate cómodamente, no te recuestes. Después cálmate. Relájate completamente, sin tratar de ejercer ninguna fuerza, tensión o presión. Comienza a seguir los movimientos abdominales de tu aliento cuando respires silenciosamente: arriba y abajo, arriba y abajo. O, si lo prefieres imagina un punto entre tus ojos, lo que sea más fácil para ti. Esta preparado para que tu mente pronto sea perturbada por los pensamientos involuntarios del segundo plano. Espéralos, obsérvalos silenciosamente. Si no son de importancia urgente para ti ahora (por un disturbio en tu psique), descártalos otra vez en silencio, sin ponerte impaciente contigo mismo. Regresa a la tarea de seguir los movimientos abdominales que provoca tu respiración o a concentrarte en el punto imaginario entre tus ojos y todo el tiempo consciente de lo que en realidad son estos

pensamientos de segundo plano cuando llegan. Es suficiente observarlos cuando aparecen para tener consciencia del mecanismo del proceso mental con el fin de darte cuenta de cómo eres víctima de ellos. Esta consciencia te acercará a tus metas. Al principio parecerá imposible pensar en nada más que en tus movimientos de la respiración. Fragmentos de pensamientos no invitados constantemente aparecerán. La mayoría del tiempo serán tan poderosos como para que no te des cuenta de cómo te complaces en ellos. Lo notarás después de un tiempo. Cuando lo hagas, trata de recordar aquello que tu mente "te hizo pensar". Di a ti mismo: "yo estaba pensando en esto o aquello", sin importar lo que haya sido. Por sí mismo, esto es un medio para ganar consciencia sobre ti mismo. Después puedes o bien continuar con tu concentración o bien diferir el análisis de estos materiales mentales para después. O puedes hacerlo de inmediato, si sientes la urgencia y, continuar con el ejercicio de concentración después.

Si perseveras fielmente, eventualmente llegarás al punto donde te conviertas en el observador de tus pensamientos. Estarás en guardia por así decirlo, en el umbral de tu proceso de pensamiento. Comenzarás a sentir realmente lo que significa la calma. Tus pensamientos y emociones se detendrán, aunque sea por un momento. Mientras más continúes, aprenderás a extender este momento. Mientras más puedas hacerlo, más descansado te sentirás después de estos períodos y obtendrás muchos otros beneficios. También te acostumbrarás a observar tus pensamientos de segundo plano durante el día y durante ciertas actividades que no demanden totalmente tu atención. Así, tendrás más y más auto consciencia en todos los niveles.

Cuando hagas este ejercicio, hazlo dentro de un marco mental muy relajado y al mismo tiempo tratando de usar tu voluntad interna calmada. Lo más importante es que no te sientas frustrado cuando no tengas éxito y te encuentres involucrado en pensamientos de segundo plano no deseados. Utiliza esta experiencia mas como un método para entender lo que yo estoy tratando de explicar aquí. Tu actitud será muy benéfica. Te abrirá nuevas maneras de ver, y eventualmente te llevará a lograr lo que perseguimos. Si en un tiempo o en otro encuentras que es imposible concentrarte de esta forma porque tus pensamientos siempre regresan a algo, esto es una señal de que algo debe ser investigado ya que seguramente contiene la semilla de uno de tus conflictos. Si este es el caso, no serás capaz de calmarte hasta que hayas logrado algo de clarificación. Recuerda que la calma es indispensable para este ejercicio.

Aún el más pequeño éxito en esta dirección te traerá una mejoría muy marcada en muchas formas. Adicionalmente a los beneficios que indiqué antes y adicionalmente al poder de discriminación de tu propio material de pensamientos, derivarás otros beneficios, tales como un poder general de discriminación; aumento en tu vitalidad interna y externa; mejor memoria; pensamientos más claros y fuertes; y finalmente, pero no menos importante, una elevada habilidad para hacer funcionar tu voluntad interna. Tu voluntad interna es necesaria para seguir a través de este camino y aprender lo que estamos discutiendo aquí. Como consecuencia, tu voluntad interna funcionará mejor en la medida en que aprendas a concentrarte. Aprenderás la habilidad de dirigir tu proceso de pensamiento y obtener calma en tu mente debido a la disminución de los pensamientos de segundo plano.

El control y consciencia de los pensamientos de segundo plano y la comprensión de todo el proceso de pensamiento en sus varios niveles es mucho más importante de lo que supones. Es un error separar esto de los conflictos de la psique humana ya que están íntimamente conectados y por lo tanto esto se vuelve más evidente cuando ambos aspectos se siguen apropiadamente.

El material de los pensamientos de segundo plano aparece ante nosotros en una forma muy particular. Es de una substancia fluida pero fluida en un sentido negativo. Es de un tipo de masa pegajosa, nebulosa y terca, muy difícil de disolver. Muchas veces es más fácil disolver una rigidez obvia ya que una rigidez puede ser comprendida y una fluidez negativa es evasiva, tal como es la naturaleza de una substancia gelatinosa o la del mercurio.

Cuando prograses un poco en este ejercicio y logres ser el observador, visualiza una aguja de una brújula. Esta brújula representa los movimientos de tus pensamientos. Observa el movimiento de la aguja de un lado a otro. A mayor cantidad de pensamientos de segundo plano que te dispersan en todas direcciones por el simple hecho de que no los controlas, mayor será el movimiento de la aguja de una dirección a otra. A mayor éxito en lograr la calma interior y el enfoque de tus pensamientos en lo que desees, la aguja se mantendrá quieta, pausada, en descanso y bajo control. No controlada por una fuerte disciplina y tu poder

externo, sino controlada mediante la relajación y tu calmada voluntad interna. Mientras más desapegado te encuentres observando el proceso de pensamiento involuntario, mas éxito tendrás en estar por encima de él.

Sería muy beneficioso mis amigos, si durante estos meses de verano tratan de prepararse un poco para las fases siguientes de nuestro trabajo. Traten de seguir mis consejos con respecto a este ejercicio y también traten de pensar acerca de sus deseos pasados desde el punto de vista que he introducido esta noche. Ya sea que haya sido algo importante o un detalle aparentemente insignificante acerca de tu modo de vida, piensa, si desististe en aquel momento de perseguir tus pensamientos porque hoy, estás seriamente convencido que era equivocado para ti. Si no lo era, piensa si desististe por miedo, o por tu dependencia de aprobación o por un deseo que estuvo basado desde un principio en motivos enfermizos. Piensa también si hubo por debajo de los motivos enfermizos uno muy sano que no pudiste ver debido a tu vaga conciencia y culpa por la existencia de motivos enfermizos y, si hubieras tenido el valor de perseguir tu deseo aún si los motivos enfermizos hubieran estado ausentes manteniendo siempre tus bases y siendo congruente con tu propia personalidad o quizá también puedas descubrir que, el deseo original desaparece o se debilita con la ausencia de los motivos enfermizos. Puedes tratar de formular y contestar estas y otras preguntas similares. Como siempre, el comienzo es la parte más difícil. Aquello que exactamente se aplica a este tópico es lo que encontrarás primero. No necesita ser algo aparentemente importante en tu vida como la elección de una profesión o tu actividad principal. Puede ser algo pequeño o sutil, no fácilmente descubrible, por su aparente insignificancia pero muy importante de encontrar por ser una parte invariable del todo que deberá llevarte a algo más vital en tu vida interna y externa.

Haciendo esto y tratando de sentir la diferencia entre el proceso de pensamiento voluntario y el involuntario, pueden muy bien prepararse para nuestro trabajo en Otoño. Ahora, ¿hay alguna pregunta?

PREGUNTA: En mi trabajo hasta el momento, he descubierto que uno de mis deseos no lo seguí hasta el final debido al miedo. Me he resignado a ello. Pero si ahora me acerco a esta cuestión con este nuevo punto de vista, no me puedo imaginar que sea una experiencia grata. Va a ser doloroso otra vez.

RESPUESTA: No necesariamente. Como dije antes, muchas veces estos motivos internos se sobreponen e interaccionan. Como en este caso, deberás primero establecer si tú deseaste este objetivo por motivos enfermizos o, si estos motivos poco sanos meramente cubrían una forma de auto expresión que es mas adecuada a tu personalidad individual. En cualquier caso, no necesita ser doloroso si el acercamiento es correcto. Aún si encontraras que la satisfacción de esta meta hubiera sido adecuada para ti, es todavía el aspecto negativo de tu alma lo que se interpuso. Por tanto, a este respecto, nada cambia del acercamiento que hemos usado hasta el momento. No será más o menos doloroso. Por otro lado, el descubrimiento de la supresión de salidas positivas (que siempre están basadas en el miedo y la dependencia de cualquier modo) podrán enseñarte un nuevo camino que puede ser extremadamente satisfactorio y pleno.

En muchas ocasiones, lo que uno quiere, no es en realidad lo que uno quiere sino lo que uno piensa que quiere. Cuando este es el caso, se debe siempre a tendencias y reacciones enfermizas.

Cuando te enfrentas a tu naturaleza inferior, tus desviaciones y tu mundo de fantasmas, de modo que puedas cambiarlo todo a conceptos correctos, es ciertamente más doloroso que enfrentar algo que has suprimido porque pensaste equivocadamente que tienes que sentirte culpable y avergonzado de ello. El hecho de que lo hayas suprimido, se debió por supuesto a motivaciones negativas. Sin embargo, experimentarás gran alegría y liberación ahora cuando des cauce a algo vitalmente creativo en ti, que te lleve a la satisfacción de tu personalidad individual.

Mis queridísimos amigos, déjenme darles unas bendiciones especiales esta noche. Una fuerza divina maravillosa está alrededor de ustedes. Abran sus corazones y su alma y su voluntad interior para recibirla. Déjense envolver, dejen que los penetre, déjenla que trabaje para ustedes y con ustedes de modo que esta fuerza les ayude a desarrollar lo mejor, lo más creativo que ustedes, como individuos, pueden ser. De esta manera podrán lograr lo mejor de su personalidad que todavía permanece cubierto, dormido, pero en espera de ser liberado. Dejen que esta ayuda divina les permita remover los obstáculos existentes en ustedes para que su espíritu divino pueda verdaderamente surgir y manifestarse.

Con esto, mis queridos amigos, me retiro, pero siempre estoy cerca de ustedes. Sigamos su camino en santa paz, en la alegría de que todos ustedes son criaturas divinas y contienen en sí mismos tanto que es realmente maravilloso y que clama por ser manifestado. Estén en paz, mis bienamados, estén en Dios!

Copyright © por la Pathwork Foundation