

## Conferencia Pathwork N° 86

**LOS INSTINTOS DE AUTOCONSERVACIÓN Y PROCREACIÓN EN CONFLICTO**

Saludos, mis muy queridos amigos. Dios bendiga a cada uno de ustedes. Bendito sea este momento.

En la última conferencia hablamos de los instintos de autoconservación y procreación, tal como aparecen en armonía y también distorsionados. Ahora me gustaría continuar con este tema y mostrarte específicamente cómo los dos instintos se combaten entre sí, y también la distorsión particular que causa cada instinto cuando el alma está perturbada.

Una distorsión es el resultado de adoptar una actitud en particular y adherir a ella rígidamente. Esto sucede cuando la personalidad considera inconscientemente que una actitud así es una solución para las dificultades de la vida. Los diversos aspectos de la imagen idealizada de uno mismo de los que hemos hablado son intentos inconscientes de vérselas con la vida. Dado que son soluciones erróneas, necesariamente son rígidas. Cuanto más sientes que tales soluciones realmente no funcionan, más fuerte se vuelve tu impulso a hacerlas funcionar. Esta reacción defensiva causa la rigidez.

El crecimiento, el desarrollo, la madurez y la sanación de las fuerzas del alma distorsionadas residen en eliminar la pseudo solución y reemplazarla con la verdad, que siempre es flexible y no sabe de reglas. Sólo ella puede brindar verdadera seguridad, aunque la personalidad que pasa por el proceso siente aguda inseguridad y ansiedad cuando se le requiere que abandone las pseudo soluciones.

La función del instinto de autoconservación es mantener y salvaguardar la vida. Se ocupa de evitar el peligro y obtener seguridad. En un estado de salud y madurez se mantienen alejados los peligros reales – no sólo físicos, sino cualquier amenaza al crecimiento sano del individuo. Pero en estado de distorsión los peligros son imaginarios y no realistas. Cuando un ser humano se siente amenazado por no ser amado, admirado o aprobado, porque no están de acuerdo con él, el peligro es irreal.

En una conferencia reciente mencioné tres pseudo soluciones principales: (1) la búsqueda de amor, (2) la búsqueda de poder y (3) la búsqueda de serenidad. \* La concepción errónea que está por detrás de cada una de ellas es que vivir de acuerdo con los dictados de estas “soluciones” te ayudará a dominar la vida.

En general, la distorsión del instinto de autoconservación lleva al alma a adoptar la búsqueda de poder. El instinto de procreación distorsionado lleva al alma a la búsqueda de amor. Sin embargo, cualquiera de los dos instintos puede servir a ambos fines, dado que tanto la seguridad como el placer son necesarios en la vida. Si los instintos están distorsionados, entran en conflicto entre sí en vez de complementarse. Por lo tanto, hay que hallar un arreglo transigiendo, aun en el caso de las pseudo soluciones. Ahora me gustaría ser un poco más específico.

Si el instinto de autoconservación se distorsiona, ocurre el siguiente proceso: El niño pequeño experimenta inseguridad, ya sea por la falta de amor, por la falta de entendimiento de su propia individualidad, por una incertidumbre general en la atmósfera o en la personalidad de los padres. Esto crea ansiedad. El niño siente una atmósfera de peligro. En ese instante el instinto de autoconservación empieza a funcionar. Para mantener alejado el peligro, la personalidad asume ciertos patrones de

conducta internos y externos, además de las distorsiones de carácter que el instinto de autoconservación distorsionado acarrea comúnmente. Hablé de esto en la conferencia pasada. Estas tendencias incluyen agresividad, hostilidad, el impulso por el poder, una necesidad de triunfar sobre los demás, competitividad y demandas excesivas. La imagen idealizada de uno mismo se establecerá de acuerdo con estas tendencias.

Enfatizo de nuevo que esto no significa necesariamente que las tendencias contradictorias, tales como la búsqueda de amor, no estén presentes también. Además, quiero repetir que lo que digo aquí da sólo un esbozo general. Hay que encontrar la pseudo solución en su forma particular dentro de cada individuo que trabaja en este camino, ya que hay muchas variaciones posibles. Por ejemplo, la búsqueda de poder podrá predominar sin ninguna agresividad u hostilidad aparente. Las posibilidades son múltiples. La integración y el encuentro de uno mismo sólo podrán ocurrir cuando estas tendencias se verifiquen y se experimenten de modo individual, quizás en términos completamente diferentes de los que se mencionan aquí.

El instinto de autoconservación distorsionado llevará a la pseudo solución de una búsqueda de poder, con todas sus demandas, agresividad e impulso por lograr poder. La psiquis piensa: "Si me hago valer y hago valer mi poder, mi omnipotencia, mi invulnerabilidad, no me puede pasar nada. Como resultado, no me veré amenazado por los peligros de un mundo hostil que no me entiende."

En contraste, el instinto de procreación distorsionado contiene el impulso por el placer, el anhelo del placer supremo en todos los niveles del ser. Cuando, a causa de las circunstancias de la vida por un lado, y las limitaciones personales y las perturbaciones de la personalidad por el otro, este placer no llega, la distorsión del instinto de procreación se vuelve conducente a la pseudo solución de la sumisión, la docilidad y el apaciguamiento. Se supone que la búsqueda de amor solucione todos los problemas. No hacerse valer, ceder, puede ser dañino al dejarlo a uno abierto al abuso, y está igualmente condenado al fracaso. Las personas eligen esta solución con la creencia inconsciente de que serán amados y de este modo, recibirán placer.

La tercera pseudo solución, o sea, el retraimiento, la búsqueda de serenidad, es secundaria. Es el resultado de que las dos soluciones previas peleen entre sí desgarrando la personalidad por la mitad. Cuando la presión del conflicto interior se vuelve demasiado grande como para poder soportarla, se adopta esta solución secundaria superpuesta. Las dos primeras soluciones se adoptan para manejarse con la vida. La última se adopta para manejarse con el conflicto resultante de las otras dos soluciones falsas. En el nivel consciente y más superficial de la personalidad, este tercer intento de solucionar la vida toma la forma de retraimiento de la interacción emocional, un sentimiento de desear ser dejado solo con la racionalización de que esto traerá serenidad. De hecho, ya no puedes manejar el problema de satisfacer ambos instintos. Y esto se vuelve aún menos posible a medida que la distorsión aumenta.

Las dos pseudo soluciones primarias, presentes en cierta medida en todos los individuos, deben ser sentidas y experimentadas agudamente por cada uno de ustedes a medida que prosiguen en este trabajo, mis amigos. Entonces sabrás y experimentarás el conflicto, no como una teoría sino como una batalla observable dentro de ti. En consecuencia lograrás un entendimiento totalmente nuevo de ti mismo y de tus problemas.

Si tu interés predominante es la seguridad interior, inevitablemente enfatizarás en exceso, y por lo tanto distorsionarás, el instinto de autoconservación. Por lo tanto, el instinto de procreación habrá de ser aplastado y mantenido en suspenso, al menos en cierta medida. Toda la personalidad estará estructurada para la obtención de seguridad,

entonces socavará otra necesidad legítima. El alma se rebela contra esto. Continúa ansiando placer. Cuanto menos se toma en cuenta esta ansia a causa de la necesidad imaginaria más grande, mayor se vuelve el ansia inconsciente.

Inconscientemente confrontas las alternativas de seguridad o placer, ya que para obtener felicidad, plenitud, dicha y placer, se presupone que uno tenga un cierto coraje, un espíritu de aventura, por así decirlo. El placer presupone la disposición a arriesgarse. Pero ese riesgo es el peligro mismo que sientes que debes evitar a toda costa. Entonces el alma inmadura lucha para obtener tanto seguridad como placer sin atreverse a arriesgar, sin salir de su caparazón, sin dar los pasos necesarios. Cuando no se obtienen esas metas, se instalan la rebelión y la autocompasión sin que uno se dé cuenta conscientemente de la causa. Todo este proceso es inconsciente del principio al fin – no hay conciencia de estas dos necesidades básicas, no se entiende que estas necesidades no están satisfechas y porqué no lo están. Todo esto debe volverse consciente en este trabajo.

Toda vez que se hace un intento tibio y no exitoso de obtener plenitud, las almas temerosas considerarán cualquier rechazo, crítica o desaprobación menor como un peligro tan drástico que nuevamente se retraerán con rapidez ya sea a la falsa serenidad o a una actitud dominante, agresiva y prohibitiva. Esto hace imposible alcanzar el amor. La empresa no parece valer la pena. Entonces, el anhelo de plenitud placentera es aplastado y una parte esencial del alma permanece sedienta y yerma. Le falta no sólo la felicidad y la belleza sino también una parte integral de la experiencia de vida. No es necesario decir que un alma así sufre un daño contra el que el yo real se rebelará. Esta rebelión, cuando alcance los niveles externos del ser, podrá tomar varias formas.

Si predomina el principio de placer supremo, la personalidad correrá un riesgo, pero a un precio tal que inevitablemente se establecerán perturbaciones adicionales. El instinto de autoconservación, al ser contrariado, trata de transigir: te arriesgarás sometiéndote. Tratarás de obtener felicidad mediante la anulación de ti mismo y el masoquismo, pensando en combinar la necesidad de placer y la de seguridad. Al ceder, crees que recibirás aquello que ansías, mientras que te proteges actuando como si fueses impotente.

Si predomina el instinto de autoconservación distorsionado y su pseudo solución, la búsqueda de poder, una parte vital del alma padecerá hambre y se estancará. Si predomina el instinto de procreación distorsionado y su pseudo solución, la búsqueda de amor, la vulnerabilidad y la impotencia aumentarán hasta que el alma, de hecho, esté en peligro. El peligro no viene en el sentido que la psiquis cree sino en un sentido muy diferente: viene de la continua negación de sí mismo y desconexión del yo real. Esto trae inhibición y restringe el desarrollo de las fuerzas creativas, lo que a su vez causa ansiedad y frustración, entre otros sentimientos.

Dado que ambos instintos existen con igual fuerza en el alma humana, y dado que la distorsión de uno causa invariablemente la distorsión del otro, ambas pseudo soluciones se encontrarán en todos los individuos. En algunos, predomina uno, y el otro sólo será hallado después de más búsqueda. Se lo descubrirá como el núcleo subyacente de la tendencia predominante. En otros, ambas tendencias existen una al lado de la otra, desgarrando a la persona en un conflicto constante. Pero aun si una tendencia predomina mucho más, esto no significa que el conflicto esté ausente. Que algo no esté en la superficie no significa que no sean posibles efectos severos. A menudo son más severos porque cuando una tendencia está oculta es más difícil determinar la causa.

A causa de esta incontenible batalla interior entre metas y soluciones tan excluyentes entre sí, la psiquis busca soluciones transigiendo. Tales arreglos podrán asumir diversas formas. Por ejemplo, el impulso de placer será liberado sólo en ciertos niveles del ser. Podrás sentir que el placer espiritual, intelectual o mental no es una actividad peligrosa. No te involucra emocionalmente y no te expone a los riesgos del rechazo y el dolor. El placer emocional o sensual, por el otro lado, parece extremadamente peligroso y por lo tanto, es más o menos eliminado. No es necesario decir que siempre se encuentran explicaciones aparentemente válidas. Puede ser que este proceso no siempre sea tan burdo como para que una persona se retraiga activamente. Podrá ser más sutil, podrás sabotearte inconscientemente y luego proyectar en otros tu fracaso. Tal fracaso es, en realidad, el resultado de retener las fuerzas expansivas y no estar dispuesto a arriesgarte a dar de ti mismo. Tal actitud despoja al organismo interno de una parte vital. Esto daña la psiquis y toda la estructura del individuo.

Una solución adicional muy común mediante concesiones es tratar de hacer que la autoconservación o la procreación sirvan para los dos fines. Esto, por supuesto, no puede funcionar. Por ejemplo, la búsqueda de poder apunta al amor y al placer, con la creencia inconsciente de que ser omnipotente, fuerte e invulnerable traerá amor y devoción. Esta actitud implica que no sólo te garantizarás tu seguridad e invulnerabilidad sino que esta fachada misma te traerá simultáneamente tanta admiración que tu búsqueda de amor estará satisfecha. Nunca ves que la invulnerabilidad hace imposible el amor. Cuanto más trates de convencer a otros de tu fortaleza invulnerable, más miedo tendrán de ti, y el miedo jamás ha inducido al amor. Tampoco la superioridad sobre otros induce al amor ya que los demás se resienten cuando los hacen sentir inferiores y ciertamente no responderán amando a aquellos que los han menospreciado, por más sutilmente que se haga el menosprecio.

Aquéllos cuya pseudo solución predominante sea la búsqueda de amor para obtener placer, transigirán tratando de combinar este impulso de placer con la necesidad de seguridad. A menudo, hasta están convencidos conscientemente de que no hay conflicto. Si obedecen y hacen todo lo que se espera de ellos, recibirán no sólo amor y placer sino también protección del peligro. No reconocen que tales tácticas generan reacciones internas que inevitablemente destruirán su meta misma. Cuanto más se sometan, más se aprovechará de ellos el impulso de poder existente en los demás. Cuanto más se aprovechen de ellos, más habrán de rebelarse y resentirse. Puede ser que tales resentimientos no salgan a la conciencia de superficie pero su fuerza que socava inevitablemente rechazará a otros, los cuales responderán a su vez con resentimiento.

Estos son sólo unos pocos ejemplos generales de los arreglos mediante concesiones que buscan combinar las pseudo soluciones mutuamente excluyentes. Muchas más variaciones son posibles y el individuo tiene que ponerlas al descubierto. Ten cuidado con la evaluación rígida de que cada pseudo solución contiene un solo instinto distorsionado. No es así de simple. Encuentra de qué modo tú también estás tratando de servir a ambas necesidades con intentos que ni siquiera funcionan para una de las necesidades básicas.

Todo esto es muy general, mis amigos, pero pueden obtener una vislumbre de las muchas posibilidades que hay en los esfuerzos inconscientes y a menudo no exitosos del alma por lograr soluciones. En este trabajo tienes que poner al descubierto capa tras capa cómo es completamente imposible que estas pseudo soluciones traigan los resultados deseados, por qué no pueden hacerlo, cómo afectan al yo y a los demás y cuál era su propósito original. Para determinar esto, las emociones que una vez sentiste como niño, y que todavía sientes de un modo diferente, tienen que volverse conscientes. Entonces verás las contradicciones y la arbitrariedad de tus emociones, y

verás cómo tus conceptos e ideas inconscientes gobiernan su origen y su meta. Tales pseudo soluciones superponen otras más, junto con emociones subyacentes contradictorias.

Permíteme darte un ejemplo. Las personas sumisas, siempre listas para apaciguar a los demás, para ser demasiado modestas, nunca atribuirse el mérito u obtener ventajas para sí mismas, inevitablemente se resentirán con otros. No ven que ese resentimiento es injustificado ya que ellos mismos eligieron ese patrón de conducta. No tienen derecho a culpar a otros por tomar por real lo que ellos ofrecen en la superficie: su anulación de sí mismos. Sienten: "Aunque yo ofrezco el sacrificio y soy tan modesto acerca de ello, la gente debería respetarme de un modo especial y debería amarme en vez de dar por sentado que soy así." En otras palabras, ofrecen su anulación de sí mismos a cambio de ser amados. Dado que su anulación de sí mismos toma el lugar de amar a los demás, el trueque no funciona. Por eso se resienten. No cambiarán hasta que reconozcan el proceso interno justo que está en funcionamiento entre ellos y los demás.

Las personas sumisas también se sienten culpables acerca de estos resentimientos porque no corresponden a los dictados de su imagen idealizada de sí mismos. Cuando encuentres en ti una actitud tan sumisa, investiga lo que existe por debajo de ella. No sólo encontrarás los resentimientos y la culpa sino que, profundamente escondidas, encontrarás también demandas excesivas, no menores que las que hay en la persona agresiva y que tiene un impulso por lograr poder. Encontrarás que, exactamente porque existen estas demandas: de amor, protección y cuidado, se ha elegido la solución sumisa en la creencia de que esto hará que los demás acaten tus demandas. Sin embargo el reconocimiento consciente de tales demandas contradice burdamente el carácter general de tales personas. Por lo tanto, las demandas deben mantenerse encubiertas, causando una culpa adicional. Cuanto más grandes sean las demandas, más sentirás que tienes que esconderlas porque serías criticado y, por lo tanto, no serías amado. Entonces desarrollas una culpa doble: una por la existencia de tus demandas, la otra por la falta de sinceridad de tu modestia y de tu actitud no demandante.

Muy a menudo la tendencia predominante oculta por debajo a su opuesto. Si la tendencia predominante es la búsqueda de poder para tener seguridad, con toda la hostilidad, la actitud despiadada, el orgullo, la superioridad y la simulación de invulnerabilidad que la acompañan, el núcleo subyacente podrá ser el niño impotente que busca amor y protección, que ansía placer y felicidad, que se siente vulnerable, sumiso, inseguro y dependiente. Si la tendencia predominante es una búsqueda de amor para recibir placer, con toda la anulación de sí mismo, el apaciguamiento de los demás, la privación a sí mismo y el sacrificio masoquista que la acompañan, el núcleo subyacente podrá ser un egoísmo despiadado, un orgullo y una superioridad egocéntricos, demandas excesivas y a menudo hasta impulsos crueles hacia los demás.

El núcleo subyacente siempre produce vergüenza que tiene que ser escondida, y entonces es cubierto con su opuesto. Estas dos tendencias son mutuamente excluyentes y por lo tanto, crean conflicto; y de la vergüenza misma por la tendencia subyacente que hay que encubrir surge un conflicto adicional. Aun si tienes vergüenza de algo positivo y constructivo, el hecho mismo de que tengas vergüenza, y por lo tanto lo ocultes, produce tensión, ansiedad, simulación y miedo a exponerse.

Lo que hace que este trabajo sea temporalmente tan doloroso es el poner al descubierto algo vergonzoso. Sólo después de reunir el coraje de sacar a la luz tu vergüenza, se desvanecerá su carácter exagerado. Y con ello ganarás una indescriptible sensación de

liberación, de despojarte de una carga muy pesada: nunca te habías dado cuenta completamente de su peso.

Cuanto más progresas en este trabajo, más importante se vuelve para ti sentir y experimentar todas tus emociones, evaluar su importancia y traducirlas en significado. Sin esta actividad será imposible que te liberes de los conflictos y los problemas. Todo el peso debe cambiar de pensar, evaluar intelectualmente y deducir a sentir y experimentar todas tus emociones positivas y negativas. No puedo enfatizar esto lo suficiente. A medida que aprendas esto de modo gradual disminuyendo tu resistencia mediante un aumento del entendimiento, desplegarás verdaderamente capa tras capa de estas pseudo soluciones con todas sus diversas reacciones emocionales. Desaprenderás la represión de los sentimientos prohibidos y los reconocerás sin censura. Sólo entonces podrás entender su origen y significado.

Volverte consciente de tus emociones es un proceso gradual y sólo sucede cuando lo deseas y lo cultivas de verdad. Antes de que tal conciencia sea cultivada, la persona promedio experimenta la vida de un modo muy diferente y con un entendimiento muy diferente. Atribuirás enteramente la ansiedad y el miedo agudos que experimentas ocasionalmente a provocaciones exteriores, y te quedarás contento creyendo que aparte de eso estás bien. Por supuesto que no estoy hablando aquí de personas burdamente perturbadas. La mayoría de la gente no logra conectar la causa y el efecto entre los sucesos exteriores que la perturban y sus propios conflictos interiores y pseudo soluciones. No se dan cuenta que cualquier pseudo solución produce una dependencia malsana de los demás, sin que importe cuánta intención tengan de volverse independientes. Tampoco ven que cuando todo está en calma en sus vidas externas, viven sólo con un pequeño porcentaje de su capacidad para experimentar, para disfrutar la vida y para ser creativos. Son completamente inconscientes de sus inhibiciones y de su falta de habilidad para expresarse de un modo adecuado. No se dan cuenta que la tensión, el cansancio y la ansiedad vaga son el resultado de las emociones reprimidas. En la mayoría de los casos no se dan cuenta de sus emociones negativas, que mantienen escondidas y que pasan a primer plano sólo cuando tienen una razón para externalizarlas.

Entonces el primero de los pasos principales para volverse consciente de las emociones es un permiso interior para descubrir lo que sientes realmente. Esto se debe cultivar mediante la plegaria, la meditación y una resolución diaria de que ésa sea tu intención. De este modo se elevarán a la conciencia resentimiento, culpa, ansiedad, animosidad y otras emociones negativas. Estas emociones negativas explican la inhibición de la espontaneidad y un cierto sentimiento de chatura que tienes acerca de la vida, una cierta falta de vida. Antes de haber hecho un apreciable progreso en este trabajo, este clima externo general comúnmente es considerado como algo aceptable. Lo das por sentado y nunca se te ocurre que la vida podría ser muy diferente. Cuando penetres esta pseudo calma exterior que es perturbada tan fácilmente por las circunstancias que están fuera de tu control, encontrarás una vasta acumulación de emociones ardientes que a menudo crees que son enteramente ajenas a tu carácter y que por lo tanto, son doblemente perturbadoras. Con esta penetración, aunque al principio sea desagradable, empiezas a eliminar las causas que han hecho que estés vivo sólo a medias, usando sólo una pequeña medida de tus facultades potenciales en todos los niveles de tu ser.

En el primer nivel emocional de conciencia habrá comúnmente un surgimiento de resentimientos de los que nunca fuiste consciente y que están conectados con la culpa y la ansiedad. Pero encontrarás que no todos los resentimientos son injustificados. Algunos lo son porque tú has causado las condiciones, pero otros, no. Sin embargo tienes la vaga impresión de que nunca debes resentirte por nada y todo debe ser automáticamente culpa tuya.

Aprenderás a discriminar. Descubrirás que algunos resentimientos son entendibles y sanos, siempre y cuando hagas algo acerca de ellos en vez de caer en un estado de carencia. Aprenderás a hacerte valer allí donde previamente permitías que se aprovecharan de ti. Detendrás este proceso, al principio cautelosamente. Te darás cuenta de que otros resentimientos son completamente infundados. No se puede hacer una regla. Tú mismo sabrás la verdad sin duda alguna una vez que tengas el coraje de dejar salir tus represiones. Esto te dará la habilidad de hacerte valer y, si fuese necesario, adoptar una agresividad sana que es absolutamente diferente de la distorsionada. De este modo empezará a tener lugar un equilibrio interior correcto. Dejarás de ser agresivo – interna y externamente – allí donde es injustificado; y serás agresivo allí donde es sano y constructivo. Un desequilibrio siempre causa otro. Entonces, establecer el equilibrio proviene de enfrentar la verdad y cambiar toda vez que sea posible. Este nuevo equilibrio viene automáticamente y es inalcanzable mediante acciones externas iniciadas deliberadamente.

Al experimentar esta capa de resentimiento y encontrar lo que sientes realmente, en vez de tratar de sentir como piensas que deberías hacerlo para permanecer en tu solución privada, y si tienes el coraje de reconocer lo que sientes, sea correcto o equivocado, prepararás el camino para volverte consciente de la capa siguiente y su pseudo solución predominante. También encontrarás otros mecanismos de defensa. Encontrarás los componentes principales de tu imagen idealizada de ti mismo, que comprende quizás las tres tendencias. Sólo después de haber explorado esto, el núcleo de tu problema - subyacente, descuidado y cubierto por vergüenza - evolucionará hacia la conciencia emocional. Entonces experimentarás estas emociones.

Éste es un proceso doloroso, mis amigos. Quiero decirles a todos ustedes que hacen este trabajo: no huyan del dolor porque esto es sano e indispensable para eliminar su dolor de una vez y para siempre. Si no vas por este camino, persistirá en tu alma y te dañará, lo sepas o no. La libertad y la felicidad, la seguridad, la maravilla de la experiencia de la vida pueden ser plenamente tuyas sólo si tienes el coraje de pasar por esto. Entonces y sólo entonces te darás cuenta de lo valioso que es este proceso. Entonces sabrás que huir fue una política de avestruz que nunca se deshizo del dolor que está profundamente adentro. Al hacer salir el dolor, lo perderás. Manteniéndolo encerrado y cubriéndolo, continuarás sufriendo. Tienes que tener el coraje de pasar por este dolor que podrás encontrar en varios niveles como así también en el núcleo. La vida y este camino te ayudarán si así lo decides. La ayuda vendrá también mediante sucesos externos que enfocarán tu atención en los factores causales internos.

Tu voluntad interior de pasar por tu dolor siempre debe ser cultivada una y otra vez. Siempre debes resolver una y otra vez tener la voluntad interior de enfrentar la verdad en ti, sin que importe si es placentera o halagadora o no. Esto te dará la fortaleza para ser exitoso. Te ayudará a continuar en los pasos más cruciales, cuando la tentación de rendirse es siempre más fuerte. ¡Sigue, persiste y persevera! Éste es mi consejo, mis amigos.

También te aconsejo que te preguntes cuál es tu actitud hacia este trabajo. Cuando llegas a ciertos puntos dolorosos, ¿cuáles son tus reacciones hacia el trabajo, hacia ti mismo, hacia la gente que te ayuda, a toda la idea como tal? Muchos modos de reaccionar son posibles.

Ahora, mis amigos, ¿hay algunas preguntas?

PREGUNTA: Me gustaría preguntar acerca de las tres distorsiones estando todas presentes simultáneamente en una persona. ¿Alternan en tiempo? ¿Cómo funciona esto en una personalidad?

RESPUESTA: Acabo de explicar esto. ¿Qué es exactamente lo que no está claro?

PREGUNTA: Entiendo que las personas que son sumisas externamente, por ejemplo, podrán tener un impulso de poder subyacente – y viceversa. Si esto se vuelve demasiado y no lo pueden soportar, establecen una falsa serenidad retirándose de la vida. Pero lo que me gustaría saber es cómo funciona esto cuando dos de estas tendencias o las tres alternan. Cuando una persona es sumisa en una ocasión, dominante en otra y retraída en otra ocasión. ¿Fluctúan quizás hasta de un momento a otro? ¿Por qué sucede esto?

RESPUESTA: Sucede porque éstas son pseudo soluciones y por lo tanto, no funcionan. Podrán funcionar ocasionalmente en una cierta medida, si sucede que las circunstancias de la vida y los demás son compatibles con ellas. Pero si la vida presenta ciertos obstáculos y no permite que una de estas pseudo soluciones intentadas funcione, entonces puede ser que por turno se recurra a las otras y se las sondee, por así decirlo.

Tomemos un ejemplo. Digamos que un hombre tiene un impulso de poder predominante. Se ha asociado con muchas personas sumisas que le responden favorablemente. Entonces, esta solución parece funcionar para él. En consecuencia, el impulso de poder es predominante. Digamos que una persona muy importante de quien él depende es ella misma impulsada predominantemente por el poder, quizás una persona relativamente sana que no le responderá con sumisión. Una tercera posibilidad es que hasta la persona más sumisa llegará a un punto en que se rebelará externamente. Puedes ir hasta cierto punto pero no más, dado que la persona sumisa también tiene aspectos de poder agresivo. Entonces la “solución” de poder superior ya no funciona. Para lograr lo que quiere y lo que piensa que necesita, él pondrá en juego su sumisión. La misma persona que comúnmente domina a los demás se volverá entonces bastante sumisa. Es así cómo las personas tratarán de gratificar sus necesidades de seguridad, de amor y de aprobación incondicional. Me aventuro a decir que todos ustedes han observado esto a menudo. Todos ustedes conocen a la persona que se arrastra servilmente frente a los superiores, frente a aquellos que son realmente o que imagina que son personas más fuertes, pero que es despiadadamente dominador con los más débiles. Ésta es una manifestación típica de cómo alternan estas soluciones de acuerdo con la necesidad y la situación. ¿Está claro?

COMENTARIO: Sí, pienso que sí. Entonces se vuelve una cuestión de aferrarse de cualquier cosa.

RESPUESTA: Correcto. Mira, cualquier pseudo solución así es siempre un aferrarse de cualquier cosa porque el niño, buscando soluciones para manejarse con un mundo aparentemente hostil y atemorizante, no está equipado para encontrar la solución real. Acosado por los problemas que ha traído a esta encarnación, no puede ver el punto problemático e inevitablemente reacciona recurriendo a pseudo soluciones. Esto debería absolverte de sentimientos de culpa destructivos acerca de la pseudo solución original a la que te aferraste. Entonces no lo podías evitar. Pero ahora, sin ninguna culpa destructiva, te harás completamente responsable por mantener las simulaciones que siempre están ligadas a las pseudo soluciones. Y esto, a su vez, te ayudará a librarte de ellas.



PREGUNTA: En un niño relativamente bien integrado, ¿cómo se manifiesta la imagen idealizada de sí mismo, como opuesta al yo real? ¿Hay una fusión continua sin construir una fuerte personalidad máscara?

RESPUESTA: Por supuesto, cuanto más sano es un ser humano, más débil es la imagen idealizada de sí. Entonces ésta podrá manifestarse sólo en las áreas perturbadas de la personalidad, y en una medida más débil. Siempre será contrarrestada por la manifestación más fuerte del yo real. Dado que no hay ningún ser humano que esté enteramente libre de distorsiones interiores y perturbaciones en el alma, todos tienen una imagen idealizada de sí mismos. La fuerza de las obstrucciones determina la fuerza de la imagen idealizada de sí mismo, y en esa medida el niño – o el adulto, para el caso – se vuelve alienado del yo real y trata de volverse el yo idealizado. Cuanto más fuertes sean los conflictos interiores, más fuerte será la diferencia entre el yo real y el idealizado. En la persona relativamente sana, la diferencia no será tan llamativa ni tan incongruente. Las demandas y los criterios del yo idealizado serán menos severos.

La vida de los deseos al soñar despierto es siempre un buen indicador de la imagen idealizada y de las pseudo soluciones. La fantasía surge de las metas y necesidades predominantes de la psiquis. Dado que la mayoría de los adultos vive soñando despierta en una forma u otra, esto podrá servir como material adicional para la búsqueda. La imagen idealizada de uno mismo se muestra en algo más que en la fantasía. Habrá de mostrarse en los mandatos rígidos, los deberías y debes de los que he hablado. Se muestra en la ansiedad y la culpa cuando no se vive de acuerdo con estas compulsiones. Se muestra en ciertas expectativas con respecto al yo y a los demás. Pero sólo se puede encontrar y verificar todo esto después de un trabajo extensivo. Si la imagen idealizada de uno mismo se muestra en la vida de los deseos, también debe estar incorporada en la personalidad, aunque puede ser que todavía no te des cuenta. Si la personalidad fuese completamente libre de ella, si no hubiese desconexión de uno mismo, no habría necesidad alguna de soñar despierto acerca de la imagen idealizada de sí. Una vida de fantasía muy activa en la que los deseos se cumplen es una expresión de una urgente necesidad de volverse la imagen idealizada de sí.

PREGUNTA: ¿No está cada niño cuando nace tan bien adaptado como cualquier otro?

RESPUESTA: No, absolutamente no. Traes contigo los problemas y los conflictos de tu vida anterior que no han sido resueltos. Tus circunstancias de vida y tu entorno han sido elegidos – quizás por ti mismo – para solucionar mejor estos problemas que todavía no han sido resueltos. En cada persona varía no sólo el desarrollo espiritual general sino que también hay una variación en los conflictos y su intensidad.

PREGUNTA: La vez pasada hubo dos preguntas. Una de ellas quedó sin responder a causa del tiempo y la segunda pareció no haber sido respondida satisfactoriamente. Están relacionadas. Una tiene que ver con la posibilidad de que los resentimientos y la indignación fuesen nivelados hasta un estado de apatía. La otra preguntaba acerca de la validez de la indignación justa o el resentimiento justificado. Pienso que esta noche has respondido ambas. ¿Querías decir una palabra más acerca de esto?

RESPUESTA: Está respondido en la conferencia de esta noche. Dije específicamente, por ejemplo, que puede ser que las personas sumisas, como así también aquellos que están buscando la falsa serenidad, ni siquiera se permitan darse cuenta de la indignación que es completamente justificada y sobre la que habría que actuar. Las injusticias o las provocaciones serán declaradas de un modo sano una vez que la personalidad alcance la salud interior con respecto a eso. Antes de llegar a tal punto es extremadamente difícil distinguir entre la indignación justificada debida a una

provocación real, y la indignación injustificada debida a una provocación irreal o causada por uno mismo. Sólo un trabajo extensivo en este camino te llevará con el tiempo al punto en que sepas sin una sombra de duda, sin ninguna vacilación o culpa, sin ninguna necesidad de conseguir aliados que confirmen cuánta razón tienes, cuándo hacerte valer y cuándo no. Actuarás libremente porque así lo eliges, y lo harás así sin compulsión interior en ninguna de las dos direcciones.

Bendigo a cada uno de ustedes, mis muy queridos amigos, y les pido que abran su yo más interno para recibir la fortaleza que les permita lograr más percepción interior de sí mismos de todos los modos posibles. Que toda la fricción exterior sea un elemento de ayuda para reconocer así la fricción interior. Con estas palabras los bendigo y los fortalezco con todo nuestro amor.

Estén en paz. ¡Permanezcan en Dios!

\*Conferencia #84

Copyright © por la Pathwork Foundation