

VERGÜENZA DEL SER SUPERIOR

Saludos, les traigo bendiciones, mis muy queridos amigos. Bendita sea esta hora. Bendito sea cada uno de ustedes.

He hablado muchísimo sobre la culpa y la vergüenza que siente el ser humano acerca de su ser inferior, por sus defectos y debilidades, por sus falsas ideas y por sus desviaciones. Esta noche quisiera hablar de otro aspecto de la personalidad humana, la vergüenza del ser superior, que es lo mejor y lo más noble que hay en su corazón. Esto puede sonar increíble, pero así es. Estoy seguro de que todos ustedes reconocerán la verdad de estas palabras al escucharlas con atención.

De una manera diferente, el ser humano también siente vergüenza de sus facultades de amor, humildad, generosidad - lo mejor que puede ofrecer- igual que la que siente por la parte más egoísta de su naturaleza. Consideremos qué es lo que provoca esta tragedia interior, esta lucha sin sentido. Hay un factor básico responsable de esto cuyos detalles varían en cada individuo, lo mismo que su grado y su forma de manifestación en la personalidad y la vida de cada individuo.

Cuando un niño se siente rechazado —ustedes saben que todos los niños se sienten rechazados, y no les interesa si este sentimiento está justificado o no, en la mayoría de los casos se siente más rechazado por uno de sus padres. Insisto en que no tiene que tratarse de algo real, es posible que de hecho el padre que aparece como quien más rechaza sea el que profesa un mayor amor verdadero por el niño. Pero lo que cuenta es la manera en que el niño siente el rechazo dentro de la acumulación de impresiones interiores que configuran las imágenes: las conclusiones erróneas petrificadas y los patrones de la vida emocional subsiguiente.

El niño quisiera ser amado y aprobado más allá de lo posible, especialmente por ese padre que parece rechazarlo. Cuando esa ternura y afecto exclusivos no llegan, la criatura lo siente como un rechazo y de ahí surge una confusión en el alma. Dentro de unas emociones sentidas de manera vaga, el amor y la aceptación de ese padre o madre se convierte en la meta más deseada; tanto más cuanto parece inalcanzable en la medida en que la criatura la anhela. La meta ansiada - amor exclusivo y aceptación- se confunde con la persona que lo está reteniendo. De este modo, dentro de la mente confundida e inmadura del niño la persona que lo rechaza se vuelve deseable, tomando el lugar de lo que originalmente era anhelado: el amor exclusivo, la aprobación y la aceptación. Otro resultado añadido a esta confusión consiste en que quien rechaza parece ser no amoroso. Se vuelve deseable porque lo que se quiere de él o ella es deseable. Por lo tanto, ser no amoroso se convierte en un estado deseable. La psique dice: "Si soy no amoroso seré deseable, se buscará mi amor y, del mismo modo en que no rechazo a quien me rechaza, ya no me rechazarán". En cierto modo, quien rechaza parece frío, desapegado y libre de emociones. Por lo tanto este patrón de comportamiento - imaginario o real- se convierte en algo deseable y que se debe emular.

Al considerar este proceso interior descubrirán que aunque no es nada lógico cuando se lo analiza y cuando estas emociones se traducen en pensamientos claros; sin embargo, tiene su propia lógica limitada que puede ser muy comprensible dentro de la mente infantil. No existe ningún conflicto interior que carezca completamente de sentido, aunque en el adulto el significado de las emociones vagas y semiconscientes no puede ser sino muy defectuoso y limitado si se le observa de cerca. Sólo es posible alcanzar una verdadera comprensión cuando se ha descubierto la lógica peculiar de las emociones confusas.

Junto con esta confusión la personalidad crece para convertirse en un ser relativamente maduro que, no obstante, guarda esta impresión particular que dará color a toda su vida emotiva. En la parte profunda de su subconsciente siente que es indeseable, y por lo tanto, vergonzoso demostrar todo lo que el niño anhelaba.

A menudo el retraimiento del ser humano respecto del amor y su negativa a amar está mucho menos determinado por su miedo a ser lastimado y decepcionado que por las circunstancias aquí descritas. Es muy importante que descubran este elemento en ustedes, sin importar qué tan oculta y conflictiva sea la manera en que se manifiesta en sus impulsos y compulsiones contradictorias. De este conflicto surgen problemas desgarradores

y sólo se les puede eliminar reconociendo la existencia de una conclusión básica equivocada en este respecto, junto con todas las reacciones en cadena y las ramificaciones que derivan de ella:

Por un lado tenemos la culpa del egoísmo y el egocentrismo que convierte al amor en una empresa arriesgada desventajosa y sin provecho. Por el otro lado se encuentra la vergüenza de amar. Esto, por sí sólo, desgarrar el corazón humano. Por un lado tratas de forzarte a amar; y por el otro el deseo natural de tu ser superior -amar- es retenido porque te da vergüenza. Por lo tanto, te sientes culpable porque no amas y te avergüenza amar.

También debes considerar que el niño se siente profundamente humillado cuando, anhelando amor y afecto, es rechazado. Así las cosas, se va formando la idea inconsciente de que amar es algo humillante. Desde el punto de vista del niño, la persona más deseable ha rechazado el amor y el dar la emoción de manera gratuita. Así que debe haber algo vergonzoso que esconder. El darte cuenta de que tu miedo a amar se basa más bien en los hechos aquí descritos y no tanto en tu temor a ser herido y decepcionado, es una realización importante y necesaria para tu búsqueda interna.

Puedes descubrir la existencia de este conflicto a través de varios síntomas. Puedes encontrarlo a través de la auto-observación de tus reacciones ante ciertas situaciones o más bien en la forma en que tus emociones reaccionan y se comportan. A menudo se manifiesta en formas muy sutiles como cuando te da vergüenza pedir algo, cuando muestras tu corazón y expones tus necesidades más imperiosas sintiendo una intensa vergüenza. O cuando te da vergüenza rezar. De lo que te avergüenzas es lo mejor que hay en ti: las necesidades de tu corazón, la revelación de tu ser real con toda su amorosa generosidad incluyendo la plegaria.

Este es otro conflicto universal y no hace falta decir que existe en varios grados y formas. A veces es muy obvio, pero en ocasiones se compone de muchos otros conflictos que hacen difícil detectarlo. Este conflicto básico es universal pues existe en todos los individuos.

Otras circunstancias juegan un papel que determina el grado del conflicto. Es importante considerar al padre que parece ser quien rechaza. Si el que rechaza aparece exteriormente como "superior", es el que siempre gana, mientras que el padre o la madre amoroso es sometido y es aparentemente débil y se deja dominar por el que rechaza, e incluso es algo despreciado - sin que importe si esto es real o no mientras el niño así lo perciba- el conflicto se vuelve mucho más fuerte dentro del alma. En ese caso, junto con la experiencia del rechazo, el niño atestigua el rechazo aparente o real del padre, o de la madre, amoroso por parte del padre, o de la madre, que rechaza. Eso crea la impresión de que el padre amoroso es débil, mientras que el que rechaza es fuerte. De esta manera, el amor se equipara con la debilidad y el desapego del amor se convierte en una señal de fortaleza, al menos a nivel inconsciente. El deseo del niño es ser tan fuerte como el padre, o la madre, deseado y ciertamente no débil como el no deseable.

Es posible que sea un error considerar que el que rechaza es fuerte mientras que el amoroso es débil. La realidad puede ser exactamente al revés, pero también es posible que la situación entre tus padres sea en verdad como la ves. Entonces la conclusión errónea consiste en pensar que lo que hace débil al padre generoso es el amor y no otra característica. O tal vez la capacidad de amar sea relativamente real pero otros factores pueden causar la debilidad y afectar la capacidad de amar. Por otra parte, el "fuerte" que rechaza puede, en verdad, no ser muy fuerte, puede tener muchas cualidades deseables que vale la pena emular pero es seguro que ese no es el caso de su desapego con respecto al amor o de la inhibición que tienen para mostrar las mejores cualidades de su personalidad.

En ciertos casos es posible que exista entre los padres una situación similar a la que describimos. En otros puede ser algo más sutil y escondido. La situación se complica cuando, por ejemplo, debido a otros factores, el padre, o la madre, dominante y "fuerte" da más amor que el más "débil" quien se encuentra dominado por el "fuerte". Cada uno de ellos entonces puede tener cualidades "deseables" pero que a menudo entran en conflicto una con la otra. Es posible que de manera inconsciente desprecies en uno de tus padres aquello que tratas de emular en el otro, desgarrándote por el simple hecho de que no te das cuenta de lo que quieres y de que tu objetivo es irrealizable porque comporta factores que se cancelan mutuamente. Cuando la situación de los padres no es tan obvia, sino que es complicada, sutil e insalvable debido a las emociones contradictorias dentro de ellos y dentro de ti mismo, es mucho más difícil que logres llegar a la raíz del problema. Pero será mucho más importante que lo hagas, porque con seguridad está provocándote serios problemas.

Otra complicación más consiste en que a menudo la apariencia exterior no corresponde a la realidad interior. En otras palabras, hacia afuera uno de los padres puede ser más dominante que el otro, pero al interior puede suceder lo contrario. O, exteriormente ninguno es dominante ni "fuerte" en el sentido expuesto, pero interiormente

sí existe un importante desequilibrio de ese tipo. No debes olvidar que, sobre todo de niño, absorbes la situación interior, la registras con mucha precisión, mientras que guardas la situación exterior en tu memoria intelectual, la cual tiene mucho menos efecto sobre ti. No importa cuál sea la situación exterior, tu sientes con agudeza que el padre dependiente y necesitado es inferior, mientras que el que rechaza esas necesidades y deseos te parece ser más fuerte y superior. Así estableces una alianza muy sutil con el que rechaza y junto con él o ella rechazas al padre débil. Preferirías ser aceptado por el padre deseable que rechaza en vez de ser identificado con el padre necesitado, débil y dependiente. Una vez más, en lo que se refiere a tu ser más profundo, no importa si haces esto realmente con palabras y hechos o si sólo lo deseas y las circunstancias te lo impiden. La inclinación a hacerlo es suficiente para que sientas este acto como una traición, y en cierto sentido lo es, y se agrava porque abandonas exactamente eso que anhelas.

De este modo traicionas lo mejor que hay en ti porque impides el desarrollo de tu capacidad de amar. Al mismo tiempo traicionas al padre que sí te ha dado lo que deseabas recibir del otro. Ese acto de dar ahora lo consideras (inconscientemente) como una debilidad que merece desprecio.

Esta traición es sutil, pero al mismo tiempo es el conflicto más importante dentro de tu alma. Es necesario que en el curso de tu trabajo vayas descubriendo qué parte de ti traiciona, no sólo a lo mejor y lo más noble en tu interior, sino también al padre que era más débil y que probablemente te amó y cuidó de una forma mucho más satisfactoria.

Descubrir y detener esa traición interior es importante no en función del padre afectado, sino sobre todo porque sufres mucho más de lo que te das cuenta a causa de ella. Esta traición te llena de culpa y es la más profunda de tus culpas. Hace poco tiempo hablamos de los sentimientos de culpa y les dije en qué forma el hombre suele crearse culpas imaginarias o se culpa a sí mismo por cosas que en realidad no tienen importancia con el fin de no enfrentar su culpa principal. En muchos casos esta es la culpa principal que mantiene oculta a tu conciencia. Mientras no encuentres, enfrentes y cobres conciencia de todas las ramificaciones y aspectos de esta traición a quien más te ha amado en favor de quien menos te ha dado (al menos, de acuerdo con tus sentimientos), esa traición oscurece tu visión de la vida, elimina tu seguridad, la confianza y el respeto a ti mismo. Esta traición es responsable de las más profundas raíces de tus sentimientos de inferioridad. Mientras esa traición está encerrada en tu alma no puedes confiar en ti. Tu psique dice: "¿Cómo puedo confiar en mí mismo sabiendo que soy un traidor, sabiendo que constantemente traiciono a lo mejor de mí mismo?" Y si no puedo confiar en mí, entonces no puedo confiar en nadie más". Ese es el resultado natural de una reacción en cadena. Si no confías en la gente, tiendes a atraer a aquellos que de manera constante te confirman que no tienes ninguna razón para confiar en ellos. En cambio, si confías sinceramente en los demás, entonces podrás discriminar, juzgar y atraerás a mucha gente que garantizarán tu confianza en la humanidad. Sin embargo, esto sólo puede suceder si primero estableces la razón para confiar en ti mismo. Lo cual sólo puede ocurrir si descubres y eliminas la traición básica de la que hablé.

Así que busquen, amigos, míos, la traición que han estado cargando. Obsérvenla, aunque ya no puedan hacerlo dentro de la relación con sus padres. Es factible que estén transfiriendo el mismo sentimiento a otra persona que de alguna manera psicológicamente esté tomando ese lugar. Puede ser un amigo, su esposo o esposa, un pariente, o un socio; alguien cercano y querido e importante para ustedes. Siguen traicionando de alguna manera sutil como lo hicieron con su padre o madre. Siempre que se encuentren en una situación en la que rechazan a alguien que está dispuesto a darles afecto y amor genuino, o amistad o ayuda de algún tipo y por alguna razón ustedes sienten (¡aunque no sea cierto!) Que esa persona está desamparada o es débil y dependiente, él o ella está jugando el papel del padre "débil". Por otro lado, es posible que haya alguien que no esté muy dispuesto a darles lo que ustedes desean. No tiene que ser amor, puede ser respeto, admiración o aceptación. Entonces esa persona juega el papel del padre que rechaza. Examinen sus emociones más sutiles e inasibles. Vayan detrás de los factores que, aun siendo válidos, sirven como racionalizaciones para la traición interior que cometen una y otra vez contra uno de sus padres y contra su ser más profundo.

Este acto de traición es tan sutil, mis queridos amigos, que no pueden darse cuenta de ello con ningún acto exterior. No es posible encontrar ningún hecho (al menos en la mayoría de los casos) que pruebe la existencia de la traición. Si no están en verdad dispuestos a analizar sus reacciones y emociones más profundas en este asunto, nadie los podría convencer. Sus argumentos probatorios de que la traición no existe siempre sonarán muy convincentes. Pero su corazón nunca estará convencido y eso es lo que realmente importa.

Para presentar el problema de la manera más sencilla podemos decir que se basa en la siguiente conclusión equivocada: el amor es debilidad; retener el amor y el afecto es fuerza. Como no quieres ser débil y estar necesitado, no sólo emulas a la persona que corresponde a tu concepto de fuerza erróneo, sino que también

traicionas a la persona que te parece débil. Pero una vez que descubras que tus emociones, reacciones y actitudes responden a este concepto erróneo, entonces puedes reconsiderar esas ideas y construir unas nuevas adecuadas a la verdad. Entonces descubrirás muchas de tus confusiones y errores que te hacen cometer traiciones de las cuales surgen efectos negativos para tu vida interior y exterior. Darte cuenta de esto te fortalecerá al permitirte un acercamiento a la realidad. Es importantísimo que empieces a buscar en esta dirección. Encuentra la parte de tus emociones en la que adjudicas debilidad - real o imaginaria- al amor y a la humildad que son prodigados de manera sana y real. Encuentra tu parte que cree que ser fuerte es igual al desapego o a cierta frialdad. Cuando la encuentres, encontrarás la traición en contra de ti mismo.

Al encontrar las concepciones erróneas y, poco a poco, ir las cambiando por las correctas, dejarás de tener miedo de que el amor sea humillante, de que la humildad, la generosidad, el afecto y el mostrar tu ser real sean signos de debilidad. A menudo, tu ser real está escondido detrás de un muro de piedra. Esa pared no es maldad, ni siquiera egoísmo. Tampoco es miedo de ser lastimado o de sentirte decepcionado. Aunque efectivamente todas estas cosas contribuyen pero de manera menos importante. Los principales componentes de ese muro detrás del cual escondes a tu verdadero ser es la vergüenza de la debilidad imaginaria, de ser tú mismo con toda la ternura y la comprensión, con toda la simpatía y la vulnerabilidad de tu corazón amoroso.

Mucha gente puede decir: "Esto no se aplica a mi caso porque soy una persona que demuestra sus sentimientos. Yo doy mi amor de manera libre y completa." En esos casos puede ser parcialmente cierto que el ser verdadero salga de su escondite. Pero sólo en casos muy raros esto se puede realizar de manera completa; sólo en una entidad muy avanzada en su purificación. Parte del ser real se manifiesta, pero otra parte sigue escondida. Sí, puede ser que tengas un corazón generoso que quiere dar el máximo. Puede ser que penetre a través de todas estas capas de errores y concepciones erróneas. Sin embargo, también te escondes detrás de una concha o un muro. Es posible que una parte del amor y del don de ti mismo que muestras no venga de tu ser real sino ser algo "prestado", por decirlo de algún modo. No es algo en verdad tuyo. Una vez más, esto es muy sutil. Por separado, cada uno de ustedes dentro de su propio trabajo puede sentir si esto es cierto y en qué medida.

¿Por qué guardas encerrado lo mejor de ti mismo mientras que pides "prestado" un patrón de conducta parecido a eso y lo usas como sustituto de lo verdadero? La persona amorosa, generosa y expansiva que puedes ser a veces tal vez no sea más que una parte de tu ser real. ¿Por qué? Como acabo de explicarlo, la vergüenza de amar y de dar te hace esconder tu ser real detrás de un muro. El efecto inevitable es que te sientes condenado y aislado. Y esto de ningún modo te hace reconsiderar tu primera impresión de que el amor es vergonzoso. En primer lugar, esta conclusión ya no es algo conciente, de modo que no puedes cambiarla. Sabes muy bien que algo no puede ser cambiado mientras esté escondido de la conciencia. En segundo lugar, la primera impresión que provocó la conclusión equivocada es mucho más fuerte, infinitamente más poderosa que todas las impresiones y experiencias posteriores. Así que haces un compromiso conservando tanto la conclusión errónea original: "No debo amar, no debo exponer mi ser real", como la nueva experiencia de que el mantenerte desapegado te hace censurable y te aísla. La última te hace adoptar una capa de exteriorización, una voluntad de expresar tus emociones y tu amor, que no es muy real. Todavía no expones tu ser real.

Esto no debe ser interpretado como que la personalidad sustituto que se exterioriza es una afectación o algo "falso". No, nuevamente se trata de algo mucho más sutil. En efecto es parte de tu ser, pero no es tu ser real. Sin embargo, algunas emociones del ser real son componentes de esta capa sobrepuesta. Pero muchas otras corrientes que surgen de estos conflictos diluyen la pureza de la personalidad original y real. Así pues, de una manera sutil dramatizas tu amor y a tu persona mucho más por cuanto no te atreves a mostrar lo que es real.

Eso sucede en muchas facetas de tu vida y puede ser muy fácilmente descubierto en las relaciones amorosas entre los sexos. También puede ser encontrado en otros aspectos de la vida y en otras relaciones.

De este modo puedes ver a dónde te llevará esta fase de tu trabajo. Al encontrar y comprender la traición, cómo se aplica en tu caso personal, también descubrirás que la mayor parte del tiempo mantienes escondido a tu ser real. Al darte cuenta de esto, preparas el camino para permitirle que evolucione, que salga a la luz. Este trabajo no es tan fácil como pareciera, ni tan difícil como algunos de ustedes lo pueden creer. Se trata de un conflicto tan fundamental y universal que nadie, absolutamente nadie, se encuentra por completo libre de él.

Ahora ya pueden percatarse de cuán importante es esto. La meta de la purificación es liberar tu personalidad verdadera. Ese es el auténtico significado de la libertad y la única manera posible de vivir felices, de ser fuertes de una forma sana y real. El sólo hecho de darte cuenta de este conflicto, de empezar a sentir cómo existe en tu personalidad, aún mucho tiempo antes de que seas capaz de abrir las puertas de la prisión y dejar salir a tu ser

real, te permitirá experimentar una maravillosa y nueva fuerza interior. Sólo la conciencia de que esto existe en tu interior y la observación constante de cómo se manifiesta en tus reacciones emocionales, cada día de una pequeña manera o de otra, te acercará a la apertura de los barrotes de tu prisión para que puedas liberar al Tú verdadero. Ese Tú real se regocijará y entonces verás claramente y sin duda alguna que era un error el haber pensado que tenías que esconder lo mejor de ti mismo, que es algo vergonzoso. Verás cuán pesado era soportar la carga innecesaria de andar escondiendo tu ser real. Algunos lo esconden detrás de una máscara de desapego y pseudo fuerza. Otros detrás de una capa sobrepuesta de algo que se parece al ser real en sus mejores aspectos, pero que en verdad no lo es. En ambos casos tienes que quitar esa capa y mirar en dónde se encuentra el ser real. Déjalo que salga, aunque al principio sólo lo haga en raras ocasiones y con una enorme cautela. Entonces el Tú verdadero verá que estaba completamente equivocado, que en realidad no tienes nada que temer al exponerte. El miedo surge como una consecuencia de la vergüenza, de estar expuesto. Mediante este proceso desecharás el mundo fantasma que has creado a partir de esas falsas impresiones de tu infancia. No tienes idea del inmenso alivio que implica deshacerte de ese mundo fantasma para vivir en la realidad. Sólo el Tú verdadero puede vivir en ella, las capas sobrepuestas creadas a partir de los conceptos irreales no pueden vivir en el mundo de la realidad. Vivirás en libertad y no sentirás la necesidad de traicionar a lo mejor de ti mismo ni de nadie más.

27 DE MAYO DE 1960

Para información y participación en las actividades del Pathwork así como los nombres de las personas autorizadas a enseñar Pathwork comunicarse a:

Argentina	www.pathworkargentina.com.ar	
México	www.pathworkmexico.org	Tel. 52 777 313 1395
Uruguay	Mercedes Olaso	Tel. 598 2 601-8612
Fundación	www.pathwork.org	Tel. 1 800 pathwork

Los siguientes lineamientos son para su información en el uso de la marca del Pathwok® y del material registrado de esta conferencia.

Pathwork® es una **marca registrada**, propiedad de la Fundación del Pathwork, y no se puede utilizar sin el permiso escrito expreso de la Fundación. La Fundación puede, a su criterio autorizar el uso de la marca del Pathwork® a otras organizaciones o personas.

El Derecho de Autor del material del Guía del Pathwork es propiedad de la Fundación del Pathwork. Esta conferencia se puede reproducir, de conformidad con las políticas de la Fundación referentes a Marca Registrada y Derechos de Autor. El texto no se puede alterar o abreviar de ninguna manera, ni tampoco lo relacionado con la Marca Registrada y los Derechos de Autor. A los destinatarios solamente se les podrá cargar el costo de reproducción y distribución.

Cualquier persona u organización que utilice la marca o el material registrado por la Fundación del Pathwork deberá cumplir con las políticas establecidas para las mismas. Para obtener información o la copia de estas políticas, entre en contacto con la Fundación del Pathwork.