

EL AMOR, EL PODER Y LA SERENIDAD COMO ATRIBUTOS DIVINOS Y COMO DISTORSIONES

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

Quiero hablar de tres importantes atributos divinos: el amor, el poder y la serenidad, y de cómo se manifiestan en sus formas distorsionadas. En la persona sana estos tres principios funcionan juntos, en perfecta armonía, alternándose según la situación específica. Se complementan y se fortalecen mutuamente. Se mantiene cierta flexibilidad entre ellos de manera que ninguno de los tres atributos pueda jamás contradecir ni interferir con ningún otro. En cambio, en la personalidad distorsionada se excluyen mutuamente. Uno contradice a otro, de tal suerte que crean conflicto. Esto sucede porque la persona elige inconscientemente uno de estos atributos para resolver los problemas de la vida.

Recordarán que hablé de las actitudes de sumisión, agresividad y retraimiento. Éstas son las distorsiones del amor, el poder y la serenidad. Ahora quiero hablar detalladamente sobre cómo funcionan en la psique, cómo representan una supuesta solución y cómo la actitud predominante crea normas dogmáticas y rígidas que después se incorporan a la propia imagen idealizada.

De niño, el ser humano se topa con la decepción, la impotencia y el rechazo, tanto reales como imaginados. Estos sentimientos crean inseguridad y falta de confianza en sí mismo, sentimientos que la persona trata de superar, aunque, desafortunadamente, muchas veces en forma equivocada. Para vencer las dificultades creadas no sólo durante la niñez sino también en etapas posteriores de la vida como consecuencia de recurrir a soluciones equivocadas, la gente se va metiendo más y más en un círculo vicioso. Al no percatarse de que la misma "solución" que intenta dar a sus dificultades le trae problemas y decepciones, se esfuerza con más ahínco aun en poner en práctica lo que considera una solución. Cuanto más fracasa, más duda de sí misma. Cuanto más duda de sí misma, más se pierde en la solución equivocada.

Una de estas pseudo soluciones es el amor. "Si tan sólo alguien me amara", pensamos, "todo estaría bien". En otras palabras, se supone que el amor resuelve todos los problemas. Sobra decir que esto no es cierto, sobre todo cuando pensamos en la forma en que se supone que se debe brindar ese amor. En realidad, la persona desequilibrada que adopta semejante solución difícilmente tendrá la capacidad para experimentar el amor. Para recibir amor, estas personas desarrollan varias tendencias de personalidad y patrones de conducta y reacción internos y externos típicos que tienden a hacerlas más débiles e impotentes de lo que realmente son. Al adoptar más y más características de modestia para ganarse el amor y la protección, que parecen ser lo único que puede salvarlos del aniquilamiento, cumplen con las exigencias reales o imaginarias de otros, y se encogen y arrastran al grado de vender su alma para recibir aprobación, compasión, ayuda y amor. Tales personas creen inconscientemente que la afirmación y defensa del propio yo y los propios deseos y necesidades equivale a renunciar al único valor en la vida: el de ser cuidado como niño, no necesariamente desde el punto de vista económico, sino emocionalmente. Así, en forma artificial y deshonesto en última instancia, estas personas se atribuyen una imperfección, una impotencia, una sumisión que no son auténticas. Utilizan estas falsas debilidades como armas y medios para por fin ganar y dominar la vida.

Para que tal falsedad no se descubra, estas tendencias se incorporan a la propia imagen idealizada, o a una parte de ella. De esta manera, tales personas llegan a creer que todas estas tendencias son prueba de su "bondad, su santidad, su generosidad". Cuando hacen un "sacrificio" para poseer por fin un protector fuerte y amoroso, se sienten orgullosas de su capacidad para sacrificarse en forma desinteresada, de su "modestia" al no atribuirse jamás ningún conocimiento ni logro que implique fortaleza. Así esperan obligar a otros a sentirse amorosos y protectores con ellos. Esta pseudo solución tiene muchísimas facetas. Deben ustedes buscarlas concienzudamente en el trabajo que están haciendo. No es fácil detectar estas actitudes, ya que están profundamente arraigadas y parecen haberse convertido en parte de su naturaleza. Además, con frecuencia se pueden racionalizar pretextando necesidades aparentemente reales. Por último, pero no menos importante, siempre se frustran por las tendencias opuestas de otras pseudo soluciones que también están siempre presentes en el alma, aunque tal vez no en forma tan predominante. De la misma manera, aquellos cuyas pseudo soluciones

son distintas encontrarán aspectos de esta sumisión en su psique. El grado en que predomina esta pseudo solución varía según cada individuo, lo mismo que el grado en que se ve contrarrestada por otras “soluciones”.

La persona con una actitud predominantemente sumisa tendrá mayor dificultad para descubrir la soberbia que prevalece en todas estas actitudes. En los otros tipos, la soberbia está muy en la superficie. Los otros tipos incluso quizás se enorgullecen de su soberbia; acaso se sientan orgullosos de su agresividad y de su cinismo, pero una vez que hayan visto esto, ya no podrán ocultarlo con el “amor”, la “modestia”, o cualquier otra actitud “santa”. El tipo sumiso tendrá que ver estas tendencias con ojos muy discernidores para descubrir cómo las ha idealizado. Tal vez encuentre dentro de sí mismo una reacción de crítica, desdén y rechazo hacia todas las personas que se auto afirman... no sólo con una agresividad nacida de la distorsión del poder, sino con un sentimiento sano de la propia valía. Al mismo tiempo, el tipo sumiso quizá también admire y envidie la odiada agresividad de los demás, a pesar de su sentimiento de superioridad en cuanto a su “desarrollo espiritual” o sus “normas éticas”, y a lo mejor piense con tristeza, “Si tan sólo pudiera ser yo así, lograría más en la vida”. Sin embargo, al hacerlo tal persona pone énfasis en su propia “bondad”, que le impide tener lo que personas “menos buenas” alcanzan. El orgullo del martirio abnegado dificulta descubrir lo que hay debajo de la superficie. Sólo el discernimiento muy estricto respecto a la verdadera naturaleza de estos motivos revelará el egoísmo y la egocentricidad fundamentales que prevalecen en esta actitud, tanto como prevalecen en las otras actitudes ligadas a las pseudo soluciones. La soberbia, la hipocresía y la simulación están presentes en todas ellas cuando se incorporan a la propia imagen idealizada. Al tipo sumiso se le dificultará más encontrar la soberbia, mientras que al agresivo se le dificultará encontrar la simulación, ya que aparenta “honestidad” al ser despiadado y cínico, y al estar empeñado en buscar su propia ventaja.

La necesidad del amor protector tiene cierta validez para el niño, pero si se le mantiene hasta la edad adulta, deja de ser válida. En el afán de ser amado, aparte del ansia del placer supremo, existe el elemento de “tengo que ser amado para poder creer en mi propia valía; entonces, tal vez, esté dispuesto a amar a cambio”. En última instancia, es un deseo egocéntrico y unilateral. Los efectos de esta actitud son graves. En primer lugar, la necesidad de tal amor y tal dependencia en realidad vuelve impotente a la persona, que no cultiva la facultad de valerse por sí misma. En lugar de ello, utiliza toda su fuerza psíquica para actuar de acuerdo con esta imagen idealizada de sí misma y obligar a los demás a satisfacer sus necesidades. En otras palabras, accede para que otros accedan a sus deseos; se somete para dominar, aunque tal dominio siempre se manifiesta como una impotencia dulce y débil.

No es de extrañar que una persona hundida en esta actitud se separe de su verdadero yo. Es necesario negar el verdadero yo, porque afirmarlo parece presuntuoso y agresivo. Hay que evitar esto a toda costa. Sin embargo, la humillación que semejante auto negación inflige al individuo resulta en desprecio y odio de sí mismo. Como estos sentimientos son dolorosos, además de que contradicen la propia imagen idealizada, que recomienda la modestia como virtud suprema, hay que proyectarlos sobre los demás. A su vez, el desprecio y el resentimiento contradicen las normas del ser idealizado. En consecuencia, es necesario ocultarlos. Este doble ocultamiento causa inversión y tiene serias repercusiones sobre la personalidad, al tiempo que se manifiesta en síntomas físicos de todo tipo.

La ira, la furia, la vergüenza, la frustración, el desprecio y el odio por sí mismo existen por dos razones. Primero, por negar el verdadero yo, por la humillación de no poder ser lo que uno es verdaderamente. Piensa uno entonces que el mundo impide la realización personal, y abusa y se aprovecha de nuestra “bondad”. Esto es proyección. Segundo, existen porque uno es incapaz de vivir de acuerdo con los dictados de la imagen idealizada, que dicen que uno jamás debe mostrar resentimiento, odiar, culpar, criticar a los demás, y así por el estilo. Como resultado, uno no es tan “bueno” como debería ser.

Éste es, en resumen, el retrato de una persona que ha escogido el “amor”, con todas sus subdivisiones de compasión, comprensión, perdón, unión, comunicación, hermandad, sacrificio, como solución rígida y parcial. Ésta es una distorsión del atributo divino del amor. La imagen idealizada de este tipo tendrá como normas de conducta las distorsiones correspondientes. Uno debe estar siempre en el fondo, no imponerse jamás, ceder siempre, nunca encontrarles fallas a los demás, amar a todo el mundo, jamás reconocer los propios valores y logros verdaderos, y así por el estilo. Este cuadro, superficialmente, parece muy “santo”, pero, amigos míos, es sólo una caricatura del amor, la comprensión, el perdón y la compasión verdaderos. El veneno del motivo subyacente distorsiona y destruye aquello que pudiera ser realmente genuino.

El buscador de poder está en la segunda categoría. Esta persona cree que el poder y la independencia resolverán todos los problemas. Este tipo, al igual que el otro, puede presentar muchas variantes y subdivisiones. Puede predominar, o estar subordinado a una o ambas de las otras dos actitudes. En este caso, el niño cree que

la única forma en que puede sentirse seguro es volviéndose fuerte e invulnerable, tan independiente y carente de emociones que nada ni nadie puede tocarlo. El siguiente paso es cortar con todas las emociones humanas. Sin embargo, cuando de todas maneras afloran, el niño se siente profundamente avergonzado y considera cualquier emoción como una debilidad, ya se trate de una debilidad real o imaginada. El amor y la bondad también se consideran como debilidad e hipocresía, no sólo en sus formas distorsionadas, como en el caso del tipo sumiso, sino también en su forma real y sana. El calor, el afecto, la comunicación, la generosidad: todo ello es despreciable, y siempre que se sospecha de un impulso semejante, el tipo agresivo se siente tan profundamente avergonzado como lo está el sumiso del resentimiento y las cualidades auto afirmantes que bullen bajo la superficie.

El impulso del poder y la agresividad se pueden manifestar de diversas formas y en distintas áreas. Quizá se dirija principalmente a los logros, a competir y tratar de ser mejor que los demás. Cualquier competencia se percibirá como afrenta a la posición especial exaltada que uno necesita para este tipo de solución particular. O tal vez se trate de una actitud más general y menos definida hacia la gente en general. Cuando cultiva artificialmente una dureza que es tan falsa como la dulzura impotente de la persona sumisa, el tipo de poder es igual de deshonesto e hipócrita porque también necesita el calor y el afecto humanos, y sin ellos sufre de aislamiento. Al no aceptar que sufre, es tan deshonesto como los otros dos tipos. Esta imagen idealizada en particular dicta normas de independencia y poder semejantes a las de un dios. Como cree en una autosuficiencia total, esta persona no necesita a nadie, contrariamente a los simples mortales, que sí necesitan a otros. Tampoco se reconoce la importancia del amor, ni de la amistad, ni de la ayuda. La soberbia que se ve en esta imagen es muy obvia, pero será menos fácil detectar la deshonestidad porque este tipo se oculta detrás de la racionalización de lo hipócrita que es el tipo "santurrón".

Como esta imagen idealizada del ser exige un poder y una independencia de los sentimientos y las emociones humanas de los que ningún hombre es capaz, se demuestra constantemente que la persona no está a la altura de este yo ideal. Semejante "fracaso" hace que la persona caiga en ataques de depresión y desprecio de sí misma que, de nuevo, tiene que proyectar sobre los demás para seguir inconsciente del dolor que le provoca esta autoflagelación. La incapacidad de estar a la altura de la imagen idealizada del yo siempre tiene este efecto. Cuando uno analiza de cerca las exigencias de cualquier imagen idealizada del yo, encuentra siempre que la omnipotencia está contenida en ella. Estas reacciones emocionales son tan sutiles y escurridizas, sin embargo, y están tan ocultas por las racionalizaciones, que se requiere de una mirada muy meticulosa y concentrada para adquirir conciencia de todo esto. Sólo el trabajo que están ustedes realizando puede poner al descubierto que existen en ustedes estas actitudes. Desde luego, es mucho más fácil descubrirlas cuando un tipo de pseudo solución predomina mucho en la personalidad. En la mayoría de los casos, sin embargo, las actitudes están más ocultas y en conflicto unas con otras.

Otro síntoma del tipo agresivo, que cree que el poder es la solución, es la creencia, artificialmente cultivada, de "que el mundo y la gente son realmente malos". Quien busca pruebas de esta creencia negativa encuentra una buena dosis de confirmación, y se jacta de ser "objetivo" y lo opuesto de crédulo. Esto, luego, servirá como pretexto para no querer a nadie. En este caso la imagen idealizada dicta que uno no debe amar. Amar, o mostrar en ocasiones la verdadera naturaleza, es una violación crasa de la imagen idealizada y provoca una profunda vergüenza. Por el contrario, el tipo sumiso se siente orgulloso de amar a todo el mundo y de considerar buenos a todos los demás seres humanos. Este punto de vista es necesario para mantener la actitud sumisa. En realidad, a este tipo de persona no le importa si los demás son buenos o malos, siempre y cuando lo amen, lo aprecien, lo aprueben y lo protejan. Toda evaluación de los demás depende de eso. Puesto que todo el mundo posee tanto virtudes como defectos, unos u otros se pueden señalar según la manera en que la otra persona se relacione con el sumiso.

Quienes buscan el poder jamás pueden fracasar en nada. A diferencia de los tipos sumisos, que enaltecen el fracaso porque prueba su impotencia y obliga a los demás a darles amor y protección, los que buscan el poder se enorgullecen de jamás fallar en nada. En ciertas combinaciones de pseudo soluciones es posible permitirse el fracaso porque en alguna área específica prevalece la sumisión. De la misma manera, el tipo sumiso tal vez recurra en ciertos casos a la solución del poder. Ambas "soluciones" son igualmente rígidas, nada realistas e irrealizables. Cada una es fuente constante de dolor y desilusión por lo que respecta al yo, y por tanto produce una mayor falta de autoestima.

Anteriormente indiqué que siempre hay una mezcla de las tres "soluciones" en la persona, aunque puede predominar una. Por ende, la persona no puede cumplir ni siquiera con los dictados de la solución elegida. Aun si fuera posible no fallar nunca, o amar a todo el mundo, o ser totalmente independiente de los demás, esto se vuelve cada vez más imposible cuando los dictados de la imagen idealizada del yo exigen simultáneamente que

uno ame y sea amado por todo el mundo y a la vez los domine. Para lograr semejante meta uno debe ser agresivo y a menudo despiadado. Por tanto, es posible que una imagen idealizada exija al mismo tiempo que una persona, por una parte, siempre sea generosa, para ganarse el amor, y por la otra, que siempre sea egoísta para adquirir poder. Además, uno tiene que ser completamente indiferente y estar por encima de todas las emociones humanas para no ser perturbado. ¿Pueden ustedes imaginarse el enorme conflicto que esto genera en el alma? ¡Cuán desgarrada debe sentirse! Todo lo que hace está mal y produce culpa, vergüenza, un sentimiento de insuficiencia y, por tanto, frustración y desprecio de sí mismo.

Consideremos ahora el tercer atributo divino, la serenidad, que se escoge como solución y así se distorsiona. Originalmente, una persona tal vez se haya sentido tan dividida entre los primeros dos atributos que tenía que encontrar una salida huyendo de los problemas internos, y así de la vida como tal. Bajo ese retraimiento, o falsa serenidad, esa alma sigue dividida en dos, pero ya no se da cuenta de ello. Se ha construido una fachada tan fuerte de falsa serenidad que, mientras lo permitan las circunstancias de la vida, esa persona estará convencida de que ha alcanzado la verdadera serenidad. Pero en cuanto las tormentas de la vida la toquen, en cuanto surjan finalmente los efectos del conflicto que hierve bajo la superficie, se verá cuán falsa era esta serenidad. Se demostrará que el edificio, de hecho, se había erigido sobre arena.

El tipo retraído y el buscador de poder parecen tener algo en común: el distanciamiento con respecto a sus emociones, la falta de lazos con los demás y un fuerte deseo de independencia. Por mucho que puedan parecerse las motivaciones emocionales subyacentes —el temor a ser lastimado y decepcionado, el temor a depender de los demás y, por tanto, a sentirse inseguro— los dictados de la imagen idealizada de estos dos tipos son muy diferentes. Mientras que el buscador de poder disfruta la hostilidad y un espíritu combativo y agresivo, el tipo retraído está completamente inconsciente de tales sentimientos, y se escandaliza cuando afloran porque violan los dictados de la solución del retraimiento. Estos dictados afirman: “Tienes que ver a todos los seres humanos con benevolencia y desapasionamiento, conociendo sus debilidades y cualidades, pero sin permitir que ni unas ni otras te perturben ni te afecten”. Esto, si fuera cierto, sería realmente serenidad. Pero ningún ser humano llega jamás a ser tan sereno. Por lo tanto, estos dictados no son realistas ni realizables. También incluyen la soberbia y la hipocresía. La soberbia porque este desapasionamiento parece tan divino en su deseo de justicia y objetividad. En realidad, el punto de vista de la persona puede estar coloreado por lo que otro piensa, como sucede en el caso del tipo sumiso. Sin embargo, al ser demasiado orgullosa para aceptar que un ser exaltado puede conmoverse ante la debilidad humana, semejante persona trata de estar por encima de todo eso. Esto no es posible. Puesto que este tipo depende tanto de los demás seres humanos como los otros dos, la falta de honestidad es exactamente la misma. Y puesto que el desapasionamiento no es real y jamás puede serlo si se utiliza como pseudo solución, semejante persona también se queda corta en el cumplimiento de las normas y dictados de esta imagen idealizada. Esto hará que se desdeñe, se culpe y se frustre tanto como los otros dos tipos cuando se quedan cortos en el cumplimiento de sus respectivas normas.

He hecho un esbozo muy breve y general de estos tres tipos importantes. Sobra decir que existen muchas variantes. La tiranía de la imagen idealizada se manifestará según la fuerza, la intensidad y la distribución de estas “soluciones”. Todo esto lo tienen que encontrar en su trabajo individual. No olviden que las actitudes que nacen del yo idealizado difícilmente pueden aplicarse a la persona en su totalidad. La actitud distorsionada tal vez esté presente en grado mayor en ciertas áreas de su vida y en grado menor en otras; y en otras más ni siquiera aparece. Lo más importante de este trabajo es sentir estas emociones, experimentarlas realmente. Es imposible que se deshagan de la imagen idealizada, que impide vivir, si se limitan a observar lo que está dentro de ustedes en forma desapasionada, con el intelecto. Tienen que volverse sumamente conscientes de todas estas tendencias, a menudo contradictorias, y esto será doloroso.

El dolor que siempre llevaban dentro, pero que estaba oculto, del que se “protegían” transfiriéndolo a los demás, a la vida y al destino, se convertirá en una experiencia consciente que necesitan absolutamente. A primera vista, esto parecerá una recaída. Creerán que están incluso peor que antes de que empezaran con este trabajo. Pero no es así. Es justamente su progreso lo que hizo posible que todas estas emociones anteriormente ocultas se volvieran conscientes, para que las puedan utilizar realmente para el análisis. De otra modo no podrían disolver la superestructura de su tirano, su imagen idealizada, y todo el daño innecesario que les hace. Están tan condicionados por las reacciones emocionales a las que se han acostumbrado, se sienten tan involucrados con ellas, que no pueden ver lo que tienen frente a los ojos. Pasan por alto las reacciones emocionales, al parecer insignificantes, que les provocan ciertas situaciones, sencillamente porque se han convertido en parte de ustedes, mientras que vuelcan su atención a la búsqueda de percepciones nuevas y ocultas. Sin embargo, son estas reacciones emocionales reales las que les proporcionarán la pista, una vez que su atención se centre en ellas. Esto sería imposible si no se encontraran ustedes perturbados. Por lo tanto, la perturbación tiene que emerger y ése es el momento en que pueden ustedes enfrentarla.

Así pues, amigos míos, empiecen a ver sus emociones bajo esta luz. Descubrirán entonces las exigencias imposibles que les impone su imagen idealizada. Verán que es su imagen idealizada, y no Dios, ni la vida, ni otras personas, la que exige todo eso. También empezarán a ver que, debido a estas exigencias del yo, necesitan a otras personas para que les ayuden a manejar estas exigencias. Presionan inconscientemente a los demás para que les den lo que son incapaces de dar. Se vuelven entonces más dependientes de lo necesario, a pesar de todo su esfuerzo por alcanzar una independencia distorsionada, ya sea del tipo agresivo o retraído.

También tienen que encontrar la causa y el efecto de estas condiciones. Verán su vida, y las dificultades de su pasado y de su presente, con una perspectiva nueva. Comprenderán que han creado muchas de esas dificultades, si no es que todas, debido únicamente a su "solución".

No basta comprender intelectualmente que cuanto más están involucrados con sus pseudo soluciones, menos puede manifestarse su verdadero yo. También es necesario que experimenten esto. Tal experiencia tiene que ocurrir si permiten que sus emociones se expresen y trabajan con ellas. Entonces, y sólo entonces, empezarán a percibir el valor intrínseco de su verdadero yo. Sólo entonces será posible renunciar al falso valor de su yo idealizado. Es un proceso mutuo: al permitirse ver los falsos valores, por doloroso que esto pueda ser, sus verdaderos valores emergerán gradualmente, de suerte que ya no necesitarán los falsos.

Puesto que el yo idealizado los aleja de su verdadero ser, no tienen ninguna conciencia de sus verdaderos valores. Durante toda su vida se concentran inconscientemente en valores falsos: ya sea en valores de los que carecen, pero que creen que deberían poseer, mientras que fingen para sí mismos y para los demás que los tienen, o en valores que existen en potencia pero que aún no se han desarrollado al grado de que puedan ustedes reclamarlos como propios. Como su yo idealizado no acepta que estos valores aún requieren desarrollarse, ustedes no los desarrollan, y sin embargo se los atribuyen como si ya estuvieran completamente maduros. Debido a que dedican todos sus esfuerzos a concentrarse en estos valores falsos o inmaduros, no ven los valores verdaderos. Porque no pueden verlos, les asusta renunciar a los valores falsos por temor a quedarse sin nada. Así, sus verdaderos valores no cuentan. No sienten ustedes que existan, ya sea porque contradicen las exigencias de su yo idealizado o porque todo lo que llega naturalmente y sin esfuerzo no parece real. Están tan condicionados a esforzarse para alcanzar lo imposible que no se les ocurre que no hay nada por lo cual esforzarse, puesto que lo que es realmente valioso ya está allí. Sin embargo, como no utilizan estos valores, con frecuencia no los cultivan. Ésta es una gran lástima, amigos míos, porque después de todo ustedes crearon la imagen idealizada, como lo indiqué en la conferencia anterior, porque no creían en su verdadero valor. Debido a que crean el yo idealizado y tratan de cumplir con él, no pueden ver lo que en verdad vale la pena aceptar y apreciar dentro de ustedes.

Desenrollar todo este proceso resulta doloroso al principio, porque es necesario experimentar agudamente la ansiedad, la frustración, la culpa, la vergüenza, y otras emociones semejantes. Con todo, a medida que prosigan con valor, empezarán a adquirir una perspectiva muy distinta. Por último, pero desde luego no menos importante, por primera vez empezarán a verse como son realmente. Verán sus limitaciones. Al principio les sacudirá el tener que aceptar estas limitaciones, que distan mucho del yo idealizado. Sin embargo, conforme aprendan a hacerlo, empezarán a percibir que tienen valores de los que nunca se habían percatado realmente. Entonces, una sensación de fortaleza y confianza hará que vean la vida y a sí mismos en una forma muy distinta. Poco a poco se llevará a cabo el proceso de desarrollarse hacia su verdadero yo. Esto fortalecerá su verdadera independencia, de manera que el reconocimiento de los demás ya no será la vara con que midan su propio valor. La validación de los demás adquiere una gran importancia sólo porque ustedes no se evalúan con honradez. Así, el reconocimiento de los demás se vuelve un sustituto. A medida que empiecen a confiar en su propio yo y a quererlo, lo que otras personas piensen de ustedes ya no importará tanto. Tendrán una seguridad interior, y ya no hará falta construir falsos valores con soberbia y pretensión. Ya no dependerán de un yo idealizado, en el que no se puede confiar realmente, y que por lo tanto los debilita. No se puede describir con palabras la libertad que representa el deshacerse de esta carga.

Con todo, amigos míos, este es un proceso lento. No sucede de la noche a la mañana. Llega después de una constante introspección y análisis de sus problemas, sus actitudes y sus emociones. A medida que avancen en este camino, su verdadero yo, con sus valores y capacidades reales, evolucionará por medio de un proceso de crecimiento interno y natural. Su individualidad se volverá entonces cada vez más fuerte. Su naturaleza intuitiva se manifestará sin inhibiciones, con una espontaneidad natural y confiable. Así es como sacarán el máximo provecho de su vida: no sin errores, sin estar libre de todo fracaso, sin excluir la posibilidad de equivocarse. Pero su actitud hacia sus fracasos y errores será muy diferente. Cada vez más combinarán las actitudes divinas del amor, el poder y la serenidad en forma sana, a diferencia de la forma distorsionada.

El amor no será el medio hacia un fin. No será una necesidad que los salve del aniquilamiento. Por tanto, dejará de ser egoísta. Su propia capacidad para amar combinará el poder y la serenidad. O, para decirlo en otras palabras, se comunicarán en el amor y en la comprensión al mismo tiempo que sean verdaderamente independientes. El amor, el poder y la serenidad no se utilizarán para proporcionarles a ustedes la autoestima que les falta. Entonces, el amor genuino, no el egoísta, ya no interferirá con el poder sano, que no es el poder de la soberbia ni de la obstinación ni del dominio sobre los demás, sino el poder para dominarse a sí mismos y las propias dificultades sin tener que demostrarle nada a nadie. Cuando buscan el dominio distorsionando el atributo del poder, lo hacen para demostrar su superioridad. Cuando logran el dominio por medio del poder sano, lo hacen con el fin de crecer. El no tener dominio de cuando en cuando no representará una amenaza como sucedía cuando vivían con la distorsión. No disminuirá su valor ante sus propios ojos. Por tanto, realmente crecerán con cada experiencia de vida. Aprenderán, lograrán y alcanzarán el verdadero poder, no el falso. No existirá ninguna ambición, compulsión ni urgencia distorsionadas.

La serenidad sana no hará que huyan de sus emociones, de las experiencias, de la vida y de sus propios conflictos. El amor y el poder sanos les proporcionarán un desapego sano cuando se vean a sí mismos, de manera que se vuelvan realmente más objetivos. La verdadera serenidad consiste en no evadir las experiencias y las emociones que pueden ser dolorosas en determinados momentos, pero que pueden arrojar una importante clave cuando existe el valor para atravesarlas y encontrar lo que hay detrás.

El amor, el poder y la serenidad pueden ir de la mano. De hecho, se complementan cuando cada uno de ellos es sano. Pero pueden causar una terrible guerra interna cuando están distorsionados.

Ahora, amigos míos, ¿hay alguna pregunta?

PREGUNTA: Cuando un niño hace un berrinche para conseguir amor a fuerza y después como adulto repite este patrón, aunque no necesariamente exteriorice el berrinche, ¿se le considera como una “solución” de poder?

RESPUESTA: No se puede determinar la causa tan fácilmente ni con tanta precisión. Las generalizaciones pueden inducir al error. Cada caso es diferente. En uno puede ser cierto. El impulso del poder se frustra porque el yo idealizado exige que siempre se cumpla su voluntad. Pero también puede existir en el tipo sumiso, que necesita el amor como solución a todos los problemas. Está tan convencido de que el amor será la solución, y depende tanto de él, que cuando los demás no obedecen su exigencia, se siente indignado. La furia y el desprecio a sí mismo son tan fuertes que es necesario exteriorizarlos, y entonces se proyectan en la otra persona. Esto, a su vez, crea un sentimiento de culpa porque ofende los mandatos del yo idealizado de que jamás debe uno enojarse con los demás.

En este caso también puede haber una combinación de la búsqueda del amor y del poder. Estas dos actitudes están en constante conflicto la una con la otra. Por un lado, es muy fuerte la necesidad de ser amado. Pero por el otro se erige la superioridad del tipo de poder, que se siente especialmente humillado y expuesto por esta dependencia del amor, que se esfuerza tanto por parecer invulnerable como anhela ser amado.

Así que el berrinche puede ser una combinación. Cada ser humano tiene que descubrir qué pseudo solución se aplica a su persona por separado e individualmente, no sólo con respecto a la situación infantil cuando estas “soluciones” se instituyeron inconscientemente, sino también en los predicamentos y problemas actuales de la vida. Tiene que averiguar cómo una tendencia tal vez predomine en determinada situación y otra aparece en circunstancias distintas.

PREGUNTA: Nos ha enseñado cómo se manifiesta la distorsión de estos atributos. También nos ha enseñado cómo trabajan juntos estos atributos en la forma sana. Pero, además, siento que no sólo pueden ir de la mano en el sentido divino, sino que en realidad son subproductos unos de otros: el amor en forma de fuerza, y la fuerza que llega por medio del amor, y ambos juntos produciendo la serenidad. Mi pregunta es: ¿existe una distorsión de esta misma unificación en la que uno cree que los puede combinar, pero lo hace en forma distorsionada?

RESPUESTA: Nuevamente, existe una actitud muy contradictoria. La persona tal vez crea que el amor y la fuerza se pueden combinar, que ella es al mismo tiempo amorosa y fuerte. Y sería cierto si estas cualidades fueran sanas, pero en la forma distorsionada no se pueden combinar. Un análisis más profundo demostrará que se excluyen mutuamente, debido a la distorsión. Cada persona tiene que descubrir en su trabajo precisamente por qué y cómo dos tendencias se oponen una a otra viendo la causa y el efecto de cada una.

Al mismo tiempo, es posible que una persona esté convencida inconscientemente de que estos atributos no pueden combinarse. Por tanto, tales personas, cuando son sumisas, se odian a sí mismas porque creen que deben ser soberbias, distantes e independientes, y no advierten que es posible ceder a veces y seguir sosteniendo una independencia sana.

PREGUNTA: ¿Podría un intento distorsionado de unificación hacerse pasar por la creencia de que uno es flexible y siempre tiene el criterio correcto?

RESPUESTA: Sí, desde luego. Sucede a menudo.

PREGUNTA: ¿Podría ayudarnos a comprender mejor las razones de los actos compulsivos? En especial, ¿cuál es la base emocional general para comprar y comer compulsivamente? ¿Y cómo se pueden combatir estos dos comportamientos en particular?

RESPUESTA: La única forma de combatirlos es haciendo este trabajo y encontrando las razones fundamentales. Debe existir una razón muy personal y particular que es preciso descubrir. Si se intenta hacer desaparecer la conducta compulsiva a la fuerza por medio de la disciplina, lo más que puede uno esperar es eliminar el síntoma, mientras que otros síntomas se desarrollarán en su lugar y producirán una ansiedad aún mayor.

Nuevamente, no se pueden generalizar las razones por las que la gente tiene estas compulsiones. Tal vez diga que cualquier compulsión viene de una conclusión inconsciente de que se tiene que tener, lograr o adquirir algo. Sin embargo, cuando esto llega a la personalidad externa, es posible que el objetivo se haya sustituido por otro. Por ejemplo, la imagen idealizada quizá dicte que hay que cumplir con algo o ganar algo, y la persona no puede lograrlo. Entonces se buscan compulsivamente otras salidas. Se siente uno tan frustrado por no poder cumplir con lo que debería o podría lograr, que es preciso encontrar un sustituto. La compulsión de comprar, cuando se analiza en cuanto a su significado simbólico, demostrará que representa una necesidad de adquirir cosas. Esto puede derivar de una distorsión del poder tener o poseer. Quizá derive de una distorsión del amor. "Si no puedo tener amor, quiero tener cosas en su lugar". La compulsión de comer tal vez tenga los mismos orígenes. Tal vez sustituya la frustración de no poder recibir el placer que uno añora. La falta de placer es una señal de que la persona ha hecho intentos equivocados de resolver su vida. Cuando se analicen suficientemente los efectos de estos intentos y actitudes distorsionados, se encontrará que impedían precisamente aquellas cosas que uno deseaba lograr. Una vez que se vea esto, el sustituto, con su naturaleza convincente, disminuirá en la medida en que uno comprenda la causa y el efecto internos.

Incluso si por casualidad la explicación y los ejemplos generales que doy aquí sean aplicables a una persona, en realidad no ayudará en nada. Cada persona tiene que encontrar la causa de su adicción experimentándola como algo que reconoce por sí misma, como si fuera algo totalmente nuevo y distinto de la explicación dada. Entonces, y sólo entonces, será benéfica.

PREGUNTA: ¿Cuál es la explicación psicológica de que una persona se vuelva drogadicta?

RESPUESTA: Nuevamente, no puedo ir más allá de una explicación muy general. Cada caso puede ser diferente. Lo único que puedo decir aquí es que se vuelve tan difícil salir adelante en la vida —no porque la vida sea tan difícil de hecho, sino por los problemas internos que nos atormentan—, que la separación de nuestro yo aumenta paso a paso, y por tanto la realidad se vuelve no sólo más fea sino más distante. El dolor de la ilusión se vuelve insoportable. Todo esto produce más evasiones deliberadas, como la drogadicción, o el alcoholismo, o la psicosis, u otras medidas. Las adicciones también son motivadas a menudo por el deseo vehemente del amor, el placer y el éxtasis. Así que vuelve a crearse otro de esos círculos viciosos. Cuanto más se aleja uno del verdadero yo, menos posible se vuelve el placer, y por tanto más lo anhela uno. Entonces busca uno un sustituto fácil en semejantes sustancias.

PREGUNTA: Estamos rodeados de formas de pensamiento de distinta calidad y fuerza. ¿En qué forma interactúan con nuestros distintos yo?

RESPUESTA: Las formas de pensamiento y sentimiento negativas o distorsionadas que emanen de otros afectarán los niveles correspondientes dentro de ustedes que también albergan distorsiones. Las formas de pensamiento y sentimiento que emanen del yo verdadero afectarán el yo verdadero de la otra persona. Bajo ninguna circunstancia son ustedes presa de las formas distorsionadas de los demás porque, si de veras buscan

dentro de ustedes mismos, tales efectos les ayudarán a ustedes a sacar a la luz sus propias distorsiones, de manera que puedan volverlas conscientes y aprender a manejarlas resolviendo los problemas subyacentes.

En cuanto al efecto de sus propias formas de pensamiento y sentimiento sobre ustedes mismos, sería engañoso decir que les causan penas a ustedes. Son producto de sus propios conflictos y de las soluciones falsas que buscan. El que estos conflictos y soluciones erróneas produzcan formas correspondientes es un asunto incidental. No piensen ustedes que son las formas de pensamiento las que interfieren. Existen, pero la interferencia proviene de la actitud equivocada. Las formas de pensamiento distorsionadas de ustedes o de otras personas sólo pueden revelar sus problemas subyacentes, y esto es bueno.

Bendigo a cada uno de ustedes. Que estas palabras sean materia, no sólo de mayor reflexión, sino de discernimiento y comprensión. Que así den ustedes un paso más hacia la luz y la libertad: la luz y la libertad que pueden ser suyas si la tiranía y la soberbia en la imagen idealizada de su yo se debilitan con este trabajo. Sigán adelante en este camino de la felicidad. Háganse cada vez más fuertes, y permitan que nuestras bendiciones y nuestro amor los ayuden y los animen. Benditos sean, queridos míos. Estén en paz. ¡Estén con Dios!

No editada
28 de abril de 1961

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.