Conferencia de Pathwork nº 161
Español del Río de la Plata; está versión de traducción no es la definitiva. (U. revisión junio 10, 2008)

LA NEGATIVIDAD INCONSCIENTE PONE EN PELIGRO LA ENTREGA DEL EGO A LOS PROCESOS INVOLUNTARIOS

Saludos. Bendiciones, mis muy queridos amigos que están aquí y que escuchan mis palabras. Que esta conferencia los afecte profundamente, tanto en su inconsciente como en su mente consciente. Que abran su corazón y su profundo ser interior de modo que un profundo entendimiento se vuelva posible entendimiento que no está conectado necesariamente con la captación intelectual, aunque esta última sea generalmente el primer paso.

En conferencias recientes me he concentrado, de una forma u otra, en ayudarlos a entender la relación entre la conciencia del ego y la inteligencia universal. Continuaremos haciendo eso, directa e indirectamente, dado que ningún ser humano puede ser verdaderamente sano y equilibrado dentro de sí y con las fuerzas que lo rodean a menos que exista una interacción armoniosa entre el ego y la inteligencia universal interior.

Cuando estén identificados primordialmente con el ego y funcionando a partir de él, habrán de estar en desequilibrio, habrán de estar enredados en problemas. Es igualmente correcto decir que si tienen problemas interiores sin resolver, un desequilibrio así es inevitable ya que, no importa de qué lado lo miren, al final el resultado siempre es el mismo: el ego debe aprender a soltarse a sí mismo. Por más conocimiento intelectual que tengan acerca del rol menor que juega el ego comparado con la inteligencia universal, ese entendimiento intelectual solo nunca es suficiente. Por lo tanto, deben buscar dentro de sí mismos nuevas vías y nuevos enfoques para encontrar la posibilidad de soltarse de un modo saludable y armonioso.

La conferencia de esta noche tratará este tema nuevamente. Espero abrir unas pocas puertas más para algunos de mis amigos. Toda vez que el ego tiene el control predominante de la actividad de vivir y de las funciones de la vida, se seca, pasa hambre, se marchita literalmente, se muere, ya que no puede renovarse en la fuente de la que surge toda la vida. Esa fuente es el yo divino universal dentro de cada ser individual. Cuando lo miren desde este punto de vista, habrán de ver a una nueva luz el proceso de la muerte mismo. La entidad espiritual que está encarnada como humano es precisamente el ser humano en el estado de conciencia completa, condensado en la materia tosca que es la sustancia de la existencia material. Los humanos están encarnados en la materia porque una parte separada de la conciencia completa a la que llamamos ego está desconectada del ser total, del yo universal. Esta desconexión causa el estado de ego, y así la vida material, y por lo tanto, el ciclo de la vida y la muerte. Si un ser humano supera la separación, entonces el proceso de morir también habrá de superarse. Si ya no hay miedo a soltar el ego, se vuelve posible fusionarse con las fuerzas universales. Éste no es un estado lejano, para contemplar en el más allá. Es posible en cualquier momento, en cualquier lugar, dado que es una cuestión del estado de conciencia propio.

Hay varios estados y procesos en la vida material que le proporcionan a los humanos la posibilidad de renovarse en la fuente universal. Uno de los más automáticos y generalmente accesibles de estos estados es el sueño. Los seres humanos que están profundamente perturbados, lo están porque se hallan demasiado enredados en su ego. El insomnio ocurre precisamente porque el ego es demasiado predominante y las fuerzas involuntarias de la vida no pueden tomar el control. Están obstaculizadas por el ego tal vez el ego inconsciente, pero de todas maneras, el ego que no quiere renunciar a ninguno de sus controles. Si se temen y rechazan todas las fuerzas involuntarias, se bloquean los diversos modos en que puede ocurrir una inmersión temporaria en el yo real. A propósito, esos estados también varían en cuanto a la medida e intensidad de la inmersión. Cada estado cumple una función específica y accede a diferentes canales que van hacia el yo universal. Por ejemplo, el sueño simplemente proporciona un descanso de las tensiones y los quehaceres del ego. El tipo de fortaleza que fluye en la personalidad durante esta inmersión en particular en las fuerzas universales tiene características diferentes a los tipos de fortaleza que provienen de otros estados de inmersión en el divino océano del ser. Cuando el ego de una persona es demasiado activo, el sueño no puede llegar. Hasta esta forma más primitiva y universal de renovación deja de funcionar.

Otro estado de renovación es la interacción mutua y el amor entre los sexos. Un sano e intenso olvido de sí mismo hace posible que el ego se zambulla en el vasto mar del poder y la belleza universales. Esto sucede a

©2002-2005 Fundación del Pathwork®

través del amor abarcador y la aceptación de otra “esfera”, que es otro ser. La aceptación total de otro ser, la buena voluntad trascendente hacia él y el consecuente fundirse en él es, precisamente, el tipo de actitud compatible con las fuerzas universales. Este fundirse conduce a una experiencia que involucra todos los niveles del ser: mental, emocional, espiritual y físico. Por lo tanto, es la experiencia espiritual más total que pueden tener los humanos. En otros estados en que el ego puede soltarse a sí mismo, la experiencia casi nunca incluye tanto la totalidad del ser propio como ésta.

Cuanto más completamente toman parte en la realidad universal más se renuevan. Entonces se nutren con la sustancia creativa en todo su esplendor. El ego es verdaderamente sumergido y se le da temporalmente mucho menos lugar para que funcione, sólo para emerger de nuevo, más fuerte y mejor que nunca más flexible, más sabio y lleno del placer supremo que todos los seres humanos anhelan. Una vez que el ego se ha zambullido en el vasto océano de la fuerza universal, la personalidad nunca puede ser la misma. No sólo se enriquece más allá de toda medida sino que su capacidad para sumergirse, entregarse y ser dichosa para amar y ser en la verdad crece proporcionalmente. La forma más efectiva e intensa de fusionar el ego con el universo es a través de otra entidad, por medio de la capacidad de olvidarse y trascenderse a sí mismo.

Otro estado es la meditación profunda. Esto no es un ejercicio cerebral de la mente sino un entregarse a lo divino, a la inteligencia y la verdad de las fuerzas universales, no sólo en general eso es demasiado fácil y puede ser engañoso sino específicamente allí donde los obstáculos personales bloquean el camino porque uno teme la verdad dentro del yo. Cuando han superado los obstáculos porque su amor a la verdad es más grande y entonces la entrega a la verdad mayor se vuelve posible, el océano de sabiduría puede renovar su ser. Al aceptar y asimilar la verdad, la nueva sabiduría puede también abrir todas las otras puertas.

En cada una de las experiencias que describí, el ego se trasciende a sí mismo, se suelta, se entrega, y toma parte en algo mayor interno. En la vida idealmente sana, todas estas experiencias son buscadas y seguidas más o menos regularmente. El individuo hace que estas experiencias sean posibles a través de la actitud correcta, la disponibilidad y los intereses activos. Si éste es el caso, con el tiempo, la vida entera será activada por la inteligencia interna mayor y más poderosa, hasta que ésta y el ego sean uno. La inteligencia mayor se hace cargo de todo, de manera que el ego está siempre fluyendo, flexible, relajado e impregnado por el conocimiento, el poder y el placer del yo real. Cada actividad, no importa cuán mundana sea, es impregnada por el yo real que trabaja libremente. Ya no necesitan de ningún esfuerzo para superar el miedo y la resistencia antes de ponerse en contacto con el yo real.

Cuanto más se zambulle el ego en el Ser mayor, más se renueva la vida. En la medida en que estas experiencias se ven impedidas por obstrucciones en la personalidad que el ego no está dispuesto a eliminar, en esa misma medida, la vida se seca y se establecen varios grados de muerte. La muerte física misma es el resultado final natural de un proceso de secarse, de separarse de la fuente de toda la vida.

Es muy importante que entiendan esto en profundidad, mis amigos, porque entonces podremos avanzar un paso más. Podremos entonces investigar porqué los humanos tienen un miedo tan profundo precisamente de aquello que representa y da la vida; porqué reaccionan y hasta creen que es la muerte, la aniquilación, el fin de su ser. ¿Por qué creen ustedes persistentemente conscientemente o de un modo vagamente inconsciente que el tipo de experiencias que mencioné son peligrosas porque entonces se abandona el control del ego y el yo se sumerge en una conciencia y legalidad más vastas? ¿Por qué obstaculizan estas experiencias, consciente o inconscientemente? Porque lo hacen, no importa cuánto se esfuercen también por conseguirlas. El anhelo por hacer contacto con el yo real nunca puede ser erradicado del corazón humano, por más conflicto, confusión y miedo que existan. ¿Por qué se aferran los humanos a estas actitudes que obstaculizan la renovación, secan la psiquis, causan muerte y hacen la vida no placentera y desolada? ¿Por qué creen que esas actitudes representan la vida y la seguridad?

Por cierto que son preguntas intrigantes. Hemos investigado este tema y hemos encontrado muchas razones, o pseudo-razones, por las que la gente cree que debe protegerse de aquello mismo que los vuelve vivos y vibrantes de bienestar. Hemos visto falsas conclusiones superficiales y actitudes de carácter de derrotismo, que son de corto alcance y hacen a las personas tan destructivas que preferirían perder su vida antes que “entregarse” o así les parece a ellos. Pero como ustedes pueden ver fácilmente, llega un punto en el camino de cada uno en que éste se vuelve el umbral más importante que hay que cruzar en el proceso evolutivo.

Sin embargo, antes de que entremos en esto con más profundidad, desearía decir una vez más en este contexto que la necesidad humana de trascender el ego, de soltarlo, es tan grande que, cuando la personalidad distorsionada y miedosa obstaculiza este proceso natural, se buscan procesos antinaturales. Es por eso que la

gente ansía las sensaciones que dan las drogas y que una persona que sufre de insomnio recurrirá a pastillas para dormir en vez de deshacerse del bloqueo del ego y trascenderlo. También es por eso que la persona cuyo ego tiene el control predominante y por lo tanto, no obtiene suficiente alivio y renovación se ve obligada a perseguir metas autodestructivas. Cada acto de autodestrucción es un gesto de exponerse a la muerte, de caminar hacia ella. La muerte es el gran alivio que la personalidad busca cuando todas las otras vías de alivio del control del ego fallan a causa de la obstinada negativa y las ideas falsas de la personalidad. Toda autodestrucción es una forma lenta de suicidio. Se anhela la muerte de manera inconsciente exactamente en la misma medida en que se la teme; el anhelo esta allí porque la perpetua vigilia de un ego aislado se vuelve intolerable. Es así que los humanos se encuentran en la ambivalencia. Por un lado, tienen miedo de soltar el ego del modo sano, y por el otro, se esfuerzan por soltar el ego de un modo insano. Ésta es una de las dualidades que aumenta constantemente a partir del estado de separación.

Amigos míos, vayamos a la razón fundamental por la que temen el estado sano y dichoso en el que permiten que las fuerzas involuntarias los guíen y los "vivan", por así decirlo; por qué no pueden confiar en la sabiduría y en el orden mayor del yo real, del ser divino en ustedes. No es necesario decir que las razones son al principio bastante inconscientes. Traerlas a la clara luz diurna de la conciencia es un paso importante en el camino de cada uno porque mientras la personalidad trate de forzar un cambio antes de que la actitud destructiva sea bastante consciente, nada real podrá llevarse a cabo. El cambio es imposible a causa de las obstrucciones que aún son inconscientes.

La causa fundamental de la condición de predominio del control del ego es que hay una legalidad que hace verdaderamente peligroso para el ego soltarse a sí mismo mientras esté apegado a actitudes que son incompatibles con las leyes de la realidad mayor. Si entienden verdaderamente esta frase, tendrán su clave. En otras palabras, dondequiera que persigan y se aferren a la destructividad, se volverá absolutamente imposible soltar el ego de un modo sano, seguro y dador de vida. Un ego es sano sólo cuando sus actitudes son amorosas, generosas, abiertas, confiadas, así como realistas y autoafirmativas. Todo esto es parte de la realidad mayor y de la legalidad de la sustancia divina. La violación de estas actitudes nutre el odio, la separación, la desconfianza, la ilusión, la debilidad, la tendencia a dañar el yo y privarlo de sus mejores intereses. Un ego así de insano se está esforzando por alcanzar precisamente lo opuesto a la legalidad de lo divino interno. No está equipado para cuidarse a sí mismo y, en consecuencia, la vida habrá de tensarse con miedo e inseguridad. El anhelo por escapar de la tensión del ego, al igual que de la perpetua falta de placer, puede conducir a una liberación insana del ego y a la locura, dado que el ego liberado no es sostenido por nada que pueda darle real sustento. Es muy importante captar esto también en todo su significado.

Aquellos de mis amigos que han hecho suficientes progresos en su camino como para haberse encontrado cara a cara con su propia destructividad, entenderán tal vez un poco más lo que estoy diciendo que aquellos que todavía no se dan cuenta de que son destructivos: que no desean ser positivos y dar lo mejor de sí a la vida, en cualquier área en la que todavía son infelices, están insatisfechos y en conflicto. Esta falta de conciencia hace completamente imposible cruzar el umbral. Es absolutamente necesario que se vean en su propia destructividad. Véanse de esa manera por un tiempo, con la autoevaluación desapegada y objetiva que proviene de una profunda autoaceptación y de la determinación de deshacerse de la autoglorificación y de las ilusiones acerca del yo. Antes de que tal sana autoobservación pueda existir uno debe abandonar absolutamente la declaración de ser más de lo que uno es.

Si el ego la parte inconsciente del ego también está apegado a una actitud destructiva, es incompatible con las fuerzas universales. Por lo tanto, cuando se suelta a sí mismo, no está sostenido no tiene de dónde agarrarse, no tiene seguridad ni nada en que confiar y se vuelve totalmente desorganizado y desintegrado. Un ego que no está sostenido, guiado e inspirado por el yo real universal, no puede enfrentarse con nada. Se vuelve completamente disociado de cualquier inteligencia. Por lo tanto, en cierto modo, el ego está casi "en lo correcto" al no soltarse. En tanto no se abandone la destructividad, al menos retiene una pizca de cordura. El autogobierno exagerado ejercido por una condición de ego engrandecido es preferible a la desintegración, la cual es inevitable cuando la personalidad del ego exterior es incompatible con el yo universal. Si no se confía en las fuerzas universales superiores, un ego que se entrega a sí mismo no tiene nada más. Cuando el ego desconfía de las fuerzas universales, no hay otra inteligencia, lógica o legalidad más que la del ego. Por más limitada que sea la inteligencia del ego separado en comparación con el yo mayor, aún así posee alguna razón y alguna captación de una realidad limitada. La voluntad no puede funcionar sin el ego, tanto si la voluntad divina mayor es negada como si es vencida inconscientemente. Es por eso que existe un miedo tan profundo a soltarse.

Amigos míos, es tremendamente importante que entiendan esto en este momento porque les permitirá acercarse a sí mismos también desde la otra punta, por así decirlo. Es esto: ahora, toda vez que se sientan

incapaces de soltarse, podrán darse cuenta de que hay en ustedes fuerzas y actitudes profundamente destructivas que aún están muy activas y descontroladas. En algún lugar dentro de ustedes existe una voluntad de ser negativos y destructivos. Esta voluntad es bastante deliberada, una vez que se han dado cuenta de ella. No hay nada que los fuerce a actuar en contra de su voluntad. Esto sólo parecerá ser así mientras nieguen la destructividad porque no quieren admitir algo tan contrario a su imagen de sí mismos. La destructividad causa miedo e inseguridad porque no quieren enfrentarla y reconocerla, y menos aún abandonarla. Saber esto los pone en una posición completamente diferente en relación a sí mismos: el autoengaño es eliminado. De esta manera, la destructividad es reducida, por más destructivos que aún quieran ser en algunas áreas.

Con destructividad quiero decir los muchos y a menudo muy sutiles modos en los que el ego se aferra a actitudes separadoras tal vez al no querer expandirse y amar a los demás, o tal vez queriendo ser vengativo y castigando a los demás con los sufrimientos propios. Son sentimientos sutiles, vagos, actitudes fugaces tan esquivos que parecen casi inexistentes, hasta que uno los atrapa y los mira directamente a la cara. Entonces se vuelven bastante claros. Tal vez la actitud destructiva es pensar en secreto: “Nadie sabe lo que yo pienso y siento realmente, por lo tanto, no cuenta.” Ésta es una actitud muy común hacia las tendencias indeseables propias. Uno las pasa por alto y asume vagamente que su secreto las invalida. Siente cualquier efecto que produzcan, a pesar de su secreto, como una gran injusticia, en este sentido: “Ellos no sabían lo que yo sentía, sólo lo que yo simulaba sentir; y si yo hubiera sentido tal como lo simulaba, entonces su reacción efectivamente habría sido injusta.” Este pensamiento alberga la ilusión de que la vida puede ser engañada. Siendo así, refleja la actitud más significativa y reveladora que uno tiene hacia la vida. Muestra que uno no se entrega honestamente a la actividad de vivir sino que hace de la apariencia y la simulación el criterio de acuerdo con el cual desea ser juzgado y cosechar los resultados. Bajo tales circunstancias es imposible confiar en la vida.

Atrapen esos momentos y vean cómo no se toman la vida seriamente, cómo no se entregan completa y plenamente a lo que sea que hagan. Esta actividad de atrapar las pequeñas deshonestidades ocultas de uno es el tipo de actitud constructiva que es compatible con la sustancia divina. En el momento en que se enfoquen a sí mismos con una actitud sincera que diga: “Quiero dar todo lo mejor de mí al proceso de vivir, a cada aspecto de mi vida, y contribuir con las mejores fuerzas que están dentro mío. Deseo que allí donde no lo haga y esté demasiado ciego como para darme cuenta, la inteligencia universal en mí me guíe hacia esa toma de conciencia. Deseo prestarle atención.” ¡Con una actitud de tan sincera intención algo nuevo se pone en movimiento en ese preciso momento!

Es de la mayor importancia enfocar la vida de esta manera, en general y específicamente, donde sea que estén las áreas problemáticas y las dificultades cotidianas. Cuanto más cultivan actitudes así, más compatible con el yo real se vuelve el ego. Por lo tanto, el miedo a soltar el ego disminuye proporcionalmente, dado que uno tiene entonces algo mucho más amplio y fiable en lo cual confiar. Al apelar a la voluntad divina y activarla, a través de la manifestación del yo real, uno no puede evitar convencerse de su realidad, sabiduría y completa bondad, no puede evitar descubrir su amor completamente abarcador que no sabe de conflictos. La voluntad divina trabaja hacia la plenitud, la dicha y la felicidad de todos. Esta inteligencia sin divisiones y esta plenitud inexorable son profundamente seguras y de confianza. Pero en tanto las metas, actitudes e inclinaciones del ego sean diametralmente opuestas a las leyes de la inteligencia universal, ¿cómo podrá uno confiar en ella? Por lo tanto, toda vez que se sientan inseguros y temblorosos dentro de sí, ansiosos y atemorizados cuando subestimen su valor habrá de ser porque aún no están dispuestos a soltar una actitud destructiva, una negatividad.

Cuando se sientan ansiosos, pregúntense: “¿Dónde soy destructivo? ¿Dónde soy negativo? ¿Dónde me niego a aceptar la ley universal y, de ese modo, no me entrego a lo divino dentro de mí?”

En último análisis, amigos míos, la felicidad siempre equivale a las virtudes básicas que predica la religión. Finalmente, en el punto culminante, es siempre una cuestión de amor que, por supuesto, es en todos los casos la clave del universo. Pero predicarlo durante miles de años realmente no ha ayudado y, a menudo, ha vuelto a la gente más hipócrita. Se engañaban a sí mismos con la idea de que estaban amando mientras que, por debajo, a menudo no lo hacían. Cubrían sentimientos opuestos al amor con un barniz superficial que daba la apariencia de ser amor. Tal encubrimiento es a menudo un mero autoengaño, dado que la mayor parte del tiempo los demás no son engañados.

¿Cuán a menudo sostienen que su debilidad es amor, cuando interiormente están hirviendo de resentimiento y deseos de venganza? Sostienen que su posesividad y su voluntad dominante de controlar es amor, pero interiormente, sólo desean ganar y hacer lo que quieren. Sostienen que un orgullo arrogante e insano es amor por uno mismo, cuando interiormente sólo desean ser mejores que los demás y no ceder ni una pulgada ante ellos. Estos autoengaños deben ser desenmascarados, amigos míos. Aun entre aquellos de ustedes que han seguido

este camino y han hecho grandes progresos en la autorrealización, todavía hay algunos que están ciegos en áreas como las que mencioné.

Allí donde la gente se aferra a actitudes como ésas con ciego autoengaño, no quiere darse a sí misma y viola así la ley del amor. La violación de la ley del amor es lo que en última instancia aqueja a todos los que están perturbados. Esto es lo que debe investigarse en todo aquel que sufre de infelicidad. "¿Dónde está la violación? ¿Dónde me mantengo separado? ¿Dónde perjudico mi integridad de modo directo o indirecto? ¿Dónde me engaño acerca de mí mismo? ¿Dónde no quiero darme de alguna manera? " Éstas son las preguntas que deben hacerse y responderse. La respuesta está a menudo en una dirección diferente y es verdadera de un modo diferente de lo que habrían pensado.

La existencia en el ego el estar totalmente apegado a los niveles del ego de la personalidad causa miedo e inseguridad. ¡Es una vida tan insuficiente, tan finita! Esto es atemorizante porque nadie desea realmente dejar de ser. Pero el ego separado debe finalizar. Su ego puede darse sin peligro al ser divino interno sólo si encuentran dentro del yo su camino de regreso a la verdad mayor a la realidad que es la ley del amor como así también la ley de la verdad.

¿Hay algunas preguntas acerca de este tema?

PREGUNTA: Me estoy dando cuenta de algunas reacciones en cadena negativas en mí mismo y del daño que causan. Ahora me doy cuenta de que no tengo sentimientos sino que actúo por reflejos. También reconozco cómo me manipulaba a mí mismo al producir miedos falsos. En el momento en que pude ver esto completamente, la compulsión se detuvo un tanto. En el único momento en que tengo algunos buenos sentimientos es cuando leo estas conferencias. Soy capaz de trabajar con ellas. Creo que las entiendo. También tengo buenos sentimientos cuando medito. A veces puedo sentir la fuerza creativa a punto de fluir por todo mi cuerpo y lo detengo. ¿Qué puedes decir de todo esto?

RESPUESTA: En realidad ya lo he dicho en esta misma conferencia. La respuesta está en ella, realmente. Podría agregar, sin embargo, que tendrías que mirar y encontrar en qué aspecto particular violas la ley del amor. No será tan difícil hacerlo, ahora que has desechado el amor falso y simulado y que éste se ha revelado como debilidad y deseo de aplacar a los demás para usarlos así para tus propios fines. Tienes que encontrar de qué modo te aferras a una actitud negativa. Es precisamente por eso que le tienes miedo a las fuerzas involuntarias de los buenos sentimientos espontáneos. En la medida en que te aferres a las actitudes negativas, y por lo tanto a los sentimientos negativos, en esa misma medida habrás de temer a los positivos. En ese nivel has hecho una elección. Prefieres consentirte en el resentimiento y la autocompasión, en crear argumentos en contra de los demás y en la ilusión de ser lastimado. Todo esto te proporciona un cierto placer que no estás dispuesto a abandonar. Bueno, el precio que uno paga es alto, muy alto, por cierto. Mientras elijas este placer con todo su dolor, culpa, incomodidad e inseguridad te perderás los buenos sentimientos sin conflicto, que son tu derecho inherente. En tanto los malos sentimientos sean apreciados, los buenos sentimientos habrán de parecer realmente atemorizantes. En la medida en que abandones la declaración de que te lastiman constantemente tu autocompasión, el hacerte la víctima, los resentimientos, el culpar a otros a quienes haces responsables por tu condición exactamente en esa medida no le temerás a los buenos sentimientos.

PREGUNTA: He encontrado que para mí es prácticamente imposible confiar completamente en cualquier nivel. Cuanto más profundo voy, más profundamente lo encuentro. A veces no se nota en absoluto. Esto debe conectarse, por supuesto, con no querer soltar el ego. Lo que me gustaría saber es esto: si ciertas áreas quedan despejadas de negatividad, ¿es entonces automático que confías completamente, sin esfuerzo?

RESPUESTA: Sí, es automático. Es como un subibaja o una escala. He hablado varias veces de este proceso "subibaja". Muchos de mis amigos en el camino lo han experimentado realmente. Tomemos como ejemplo el no gustarse a sí mismo. No es necesario, y no es posible, abandonarlo deliberadamente. Toda vez que se intenta hacer esto, se falla. En la medida en que se eliminan las razones justificadas para no gustarse, el no gustarse se detiene por sí mismo. Lo mismo ocurre con la confianza. Cuando encuentres las razones justificadas por las que no confías en ti mismo, confiarás automáticamente. El proceso es siempre un restablecimiento automático del equilibrio. Lo mejor que podrías hacer en un estado así es fortalecerte diariamente por medio de una meditación muy específica. Di en ti mismo: "Quiero abandonar toda destructividad. Si aún no puedo hacerlo, le pido aquí al yo real, a la sustancia divina en mí que me ayude a ver dónde estoy atascado y me ayude a salir de ello, porque eso es lo que quiero." Si sientes que no estás queriendo hacerlo, no pases por alto esta obstrucción crucial, de total importancia. Tómalo más bien como el punto de partida. Entonces di en ti mismo: "Me gustaría encontrar exactamente porqué no quiero el bien. ¿Qué me bloquea para quererlo?" En cualquier área que sea, di:

“Deseo poder quererlo. ¿Qué es? Deseo dar lo mejor de mí en esta fase específica donde estoy atascado.” Si procedes de este modo, habrás de tener éxito. Es desesperanzado sólo cuando apartas la mirada del punto en que estás atascado.

PREGUNTA: Desde ayer me estoy dando cuenta de una muy profunda tendencia, casi inadvertida, a que no me guste la gente. Me atemoriza el modo en que esta actitud separadora hace que sea totalmente imposible para mí apreciar a la gente. Se me sugirió ayer, en mi sesión privada, que no debería tratar de salir de ella antes de explorar sus orígenes y ramificaciones. ¿Podrías comentar acerca de esto?

RESPUESTA: Sí. El que no te guste la gente de esa manera incluyéndote a ti mismo, por supuesto, dado que ambas cosas están ligadas de modo inextricable es también una cuestión de desconfianza. Por lo tanto, en esta exploración, primero te aconsejaría que mires lo siguiente: Asumes que muchas de las cosas que te suceden son tan malas que no existen para ti circunstancias compensadoras. La interpretación que haces de esos incidentes es exagerada y distorsionada en cien veces más de lo que es. Necesitas mirar todo lo que te ha herido y perturbado en el pasado, hasta donde puedas recordar así como en el presente considerándolo desde un nuevo punto de vista. Necesitas considerar que existe otro significado distinto del que tú asumes automáticamente. Todo lo que ves tiene para ti una finalidad y una exclusividad que no permite otra posibilidad que la más devastadora. Es necesario que reconozcas esta actitud en todo su significado y que desees cambiarla. Entonces será posible cultivar el ver la realidad. Cualquiera cosa que ves en alguien o en alguna situación es para ti el asunto completo. Nunca se te ocurre que, aparte de ser bastante diferente de lo que supones, es en el mejor de los casos, sólo una parte de la situación completa. Pregúntate acerca de cualquier cosa que supongas: “¿Es ésta la verdad completa? ¿Es esto todo lo que hay acerca de este tema, o puede ser que haya otros aspectos que ignoro porque me cierro a una realidad más amplia?” Ésta es un área en la que puedes ampliar tu visión y expandir tu horizonte, porque todavía experimentas las cosas como un niño que sólo ve el momento y eso es todo.

En segundo lugar, te aconsejaría que te preguntes si quieres que te guste la gente. ¿Cuál es la respuesta? Siente en ti mismo.

PREGUNTA: Mis procesos mentales me dicen que es necesario que me guste la gente, pero siento resistencia. ¿Adónde voy desde aquí?

RESPUESTA: Éste es tu conflicto. Es muy maravilloso cuando una persona se da cuenta de un conflicto así, porque la gran mayoría de la gente tiene conflictos similares pero no se da cuenta. Tomar conciencia es el requisito necesario para encontrar la salida del sufrimiento. Te hace posible mirar el lado que dice no. Pregúntate porqué no. En vez de teorizar por correctas que resulten ser estas teorías generales sería más útil encontrar la respuesta específica, dado que ésta se aplica a ti. Pregúntate con un enfoque nuevo, fresco, porqué no deseas que te guste la gente, y no tengas miedo de darte respuestas infantiles, irracionales e ilógicas. Permite cualquier cosa que salga. Entonces sabrás la verdad acerca del no.

Es siempre lo mismo. Antes de que una persona pueda desarrollar su capacidad de amar, primero debe estar dispuesto a hacerlo. En tanto eso esté faltando, no se puede hacer nada. Estar dispuesto a hacerlo es crucial. Debe existir en todos los niveles para que el amor sea completo. Si sólo existe superficialmente, y no en la profundidad de sus sentimientos, las manifestaciones que la persona experimentará se corresponderán con ello. No te das cuenta de que no estás dispuesto a amar y luego te quejas de los resultados y te sientes víctima. En tanto gastes tus energías en quejarte y sentirte víctima, estarás en un círculo vicioso. Las proyecciones destructivas y el culpar a los demás consumen la energía que necesitas para amar y desear amor, como así también para mirar el yo y encontrar qué es lo que está mal. Cuando te preguntes porqué no deseas amar y respondas con precisión y honestidad, sabrás porqué tu capacidad de amar no funciona. Y, consecuentemente, entenderás tu aislamiento y ya no creerás que el destino te está jugando una mala pasada. Por lo tanto, éste es un paso maravilloso. No te diré porqué no deseas amar. La respuesta debe venir de ti mismo. Eso es posible, por cierto. Todo lo que puedo decir es que los conceptos erróneos y la destructividad se aferran a ti porque tú te aferras a ellos. Una vez que estén afuera, a la luz, te será relativamente fácil superarlos.

Por cierto que para algunos de ustedes, mis amigos, esta conferencia podrá volverse un hito. Podrá representar el punto culminante que han necesitado. Puedo ver que algo está sucediendo dentro de algunos de ustedes que abandonarán una destructividad básica al enfrentarla directamente. Entonces lo divino podrá ser activado. Esta transición es lo más significativo que puede suceder en la vida de un individuo. Nada, absolutamente nada puede igualar a este proceso. Aquellos que no tengan la voluntad de mirarse de verdad y de abandonar las ilusiones acerca de sí mismos no podrán llegar a una transición así. No podrán abandonar una

negatividad si ignoran que la tienen. No podrán abandonar una destructividad si niegan que existe en ustedes. La verdad conduce al amor, y es imposible el amor sin la verdad. Realmente son uno.

Mis muy queridos, amados amigos, cada uno de ustedes que están aquí: Un gran poder está disponible y se vuelve más y más disponible un poder que no depende de ningún otro ser sino que fluye desde su propio yo más interno. Fluirá desde allí en todo momento y los nutrirá y renovará allí donde se hayan liberado de las cadenas de la dominación del ego. Sean benditos en cuerpo, alma y mente. Que penetren en todos ustedes el amor y la verdad del universo de modo que los ayuden a liberarse. ¡Sean en paz, sean en Dios!

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 estás políticas, entre en contacto con la Fundación del Pathwork.