

---

CONFERENCIAS DEL GUÍA

013

El pensamiento  
positivo: los tipos  
correcto e incorrecto



PATHWORK  
DE MÉXICO

## El pensamiento positivo: los tipos correcto e incorrecto



EN EL NOMBRE DEL SEÑOR LOS SALUDO, amigos míos, y les traigo Sus bendiciones. Hay muchas personas que, cuando entran en contacto con Dios, con la verdad absoluta, con el mundo espiritual, creen que la certeza de esta experiencia les llegará mediante una “prueba” contundente que esperan recibir personalmente. Pero esto, queridos míos, no puede suceder de esa manera. Ustedes desean este tipo de prueba porque piensan que puede eliminar sus dudas. Las dudas, en sí, son bastante comprensibles. Sin embargo, nunca desaparecerán mediante el tipo de prueba que esperan recibir.

La duda es lo opuesto de la fe; y la fe, amigos míos, no es en realidad nada más que la certeza de todo aquello de lo que pueden dudar hoy: es la experiencia *interna*. La experiencia interna no cobra existencia por medio de acontecimientos externos. Así pues, tenemos aquí dos niveles enteramente diferentes de conciencia. Para lograr algo dentro de ustedes, tienen que preparar las condiciones internas tanto como las externas, encontrando y conquistando sus bloqueos y obstáculos internos, en breve, todo lo que se interpone en su camino a la fe en su verdadero sentido.

Supongamos que ustedes reciben la prueba que esperan, pero sin eliminar primero sus obstáculos internos. En el momento es

indudable que quedarían impresionados. Tal vez dirían: “Efectivamente, esto es extraño; esto es maravilloso; es pasmoso”. Sin embargo, después de que se borrara la primera impresión, las dudas volverían a surgir. Se dirían a sí mismos: “Quizás el médium sabía de esto”, o “Todo esto fue coincidencia”. Así que ya ven, cuando las ocurrencias externas no se sustentan dentro, el gran efecto exterior inevitablemente se desvanece después de un tiempo, porque estos dos niveles de percepción nunca pueden reemplazarse uno a otro; sólo pueden integrarse mediante un desarrollo interno constante. La experiencia de la verdad absoluta es como un organismo vivo; tiene que cuidarse, nutrirse y desarrollarse. No les puede llegar por medio de un suceso exterior milagroso.

El crecimiento físico ocurre lenta pero seguramente, paso a paso; apenas se dan cuenta del crecimiento mientras tiene lugar, hasta que de pronto descubren que el desarrollo anterior ha procedido gradualmente y ha alcanzado una nueva etapa. Todo el crecimiento físico tiene lugar gradualmente, y el proceso no es distinto en lo más mínimo del crecimiento espiritual o emocional. Los atajos no tienen ningún efecto duradero y, por lo tanto, siempre son una farsa. Los atajos y otras medidas repentinas que supuestamente eliminan el esfuerzo del crecimiento lento van de la mano de las leyes de los poderes de la oscuridad. Son muy efectivos, muy rápidos, pero nunca duraderos. El crecimiento y el desarrollo lentos, sin embargo, van de la mano de la ley divina y deben a la larga ser coronados por el éxito.

Sería benéfico para todos mis amigos recordar que no pueden llegar al tipo de fe de la que hablamos por medio de una sola experiencia, no importa cuán asombrosa. Más bien, adquirirán la fe trabajando espiritualmente, transitando por este Pathwork de perfección, llegando a conocerse como realmente son, entendiendo sus conflictos internos y descubriendo de qué manera han roto las leyes espirituales, aunque sólo sea mediante una reacción emocional. Paso a paso, mientras proceden para liberarse de sus cadenas internas, las dudas los

asaltarán con menos y menos frecuencia. No desaparecerán de pronto, pero se presentarán cada vez menos y con cada vez menor fuerza, hasta que desaparezcan por completo. Ésta es la *única* manera, amigos míos.

Como ya dije, ésta es la ley para todos los procesos divinos. Cualquier cosa sustancial y permanente crece despacio con un máximo de esfuerzo personal, poco a poco. A medida que el proceso se desenvuelve, pueden no estar siquiera conscientes de la medida en que crecen ustedes y su fe, su experiencia de lo absoluto y su sentido de él.

No son sólo las personas que se hallan al principio de este Pathwork o las que están en su umbral las que necesitan saber estas verdades. Incluso aquellos que ya están en el proceso de su desarrollo interno adecuado encuentran ocasionalmente, aunque con menos frecuencia y con menos impacto, que los asaltan sus dudas originales. Para esos inevitables momentos de duda deseo darles, amigos míos, algunos consejos sencillos, a fin de que sepan cómo encarar las dudas.

La mayoría de ustedes saben que hay dos fuerzas dentro del alma humana. El Ser Superior o chispa divina es esa parte de ustedes que tiende hacia arriba; es la parte de ustedes que desea la perfección para todo el ser humano, la integración completa de todas las partes separadas. El Ser Superior conoce la verdad más grande de la que su ser consciente duda, y desea transmitir este conocimiento a su conciencia. La otra parte es el Ser Inferior, que comprende no sólo sus fallas y debilidades, sino también su ignorancia y todas las actitudes por las que consciente o inconscientemente violan la ley divina. Esta parte teme la certeza del mundo espiritual, ya que el conocimiento también significa responsabilidad, y ustedes, en su naturaleza inferior, prefieren permanecer ignorantes porque de este modo se liberan de la obligación de conquistar su Ser Inferior, lo que, en efecto, no es fácil de conseguir. Pero también existe en ustedes un anhelo de conocer la verdad de la realidad espiritual de la que todavía dudan porque, por difícil que sea alcanzarla, la verdad significa felicidad y dicha suprema eternas. Pero su

Ser Inferior con su miedo, y por sus propias razones, trata de hacerlos dudar de la parte que desea la verdad a fin de evitar la decepción.

Por lo tanto, el Ser Superior y el Ser Inferior están en guerra uno con el otro. Siempre que hay una desarmonía interna, significa que sus dos naturalezas están peleando. Siempre que reaparece la duda, es su Ser Inferior el que habla. Cuando la duda se va, el Ser Superior habla. Entonces saben que Dios, Su maravillosa Creación, Su mundo espiritual es la verdad última donde todo es posible, donde no puede existir ninguna infelicidad. Pero cuando el Ser Inferior es más fuerte, creen que la duda, la desesperación, la desesperanza pueden ser ciertas después de todo. Ahora sólo les queda responder una pregunta, y ella es, ¿qué lado tiene razón; en qué lado está realmente la verdad? Lo único que deben hacer cuando duden es retirarse al silencio. Formulen esta polémica en un pensamiento claro y conciso, y hagan a Dios la sencilla pregunta: ¿Cuál es la verdad? Y luego ábranse para recibir la respuesta. No esperen que la respuesta se les dé inmediatamente. En los días siguientes, sólo estén conscientes de la pregunta. De una manera u otra, a la postre recibirán la respuesta.

En realidad, la respuesta ya está dentro de ustedes, aunque todavía no lo sepan. Es evidente por el mero hecho de que cuando dudan están deprimidos, y cuando experimentan la verdad se sienten contentos. La verdad siempre los hace felices... aun la verdad desagradable. Todos mis amigos que siguen este Pathwork saben que ocasionalmente deben enfrentarse a aspectos desagradables o poco halagadores dentro de sí mismos. Pero cuando el deseo de la verdad interior se vuelve más grande que todo lo demás, esta verdad desagradable siempre los fortalecerá y les traerá felicidad. De igual modo, si observan sus sentimientos atentamente, verán que la falsedad, por agradable que parezca en el momento, nunca les da una paz verdadera, pues muy adentro su Ser Superior tiene la respuesta correcta y ustedes seguramente la sienten. Así es que la verdad nunca los

deprimirá, mis queridos amigos. Y ahí encuentran la respuesta a la pregunta que aún no se han respondido cuando dudan. Pero en caso de que no estén satisfechos con su propia voz interior que les dice la verdad, y si desean respuestas adicionales, formulen sus sentimientos y pregúntenle a Dios otra vez: “¿Cuál es la verdad? Estoy listo para recibir Tu respuesta”. Les prometo que la respuesta llegará, con tal de que no se olviden por completo de la pregunta. Más bien, permanezcan pacientemente conscientes de ella de una manera relajada y serena, y continúen con sus actividades. La verdad les será mostrada, y sabrán cuál de los dos lados en pugna dentro de ustedes tiene la respuesta correcta.

Cuando hayan vencido los obstáculos que llevan dentro y estén lo suficientemente maduros para permanecer en un estado de verdad, las pruebas que habían deseado les llegarán también desde fuera, no una vez, sino cien veces. Pero el propósito de estas pruebas no será hacerles ver la realidad como verdaderamente es, convencerlos y disipar sus dudas; más bien, las pruebas serán más maravillosas de lo que jamás soñaron que fuera posible. Llegarán sencillamente como un subproducto natural de su victoria interna al transitar por el camino que conduce a Dios. Cuando ya no necesiten pruebas, las recibirán abundantemente. Estos incidentes serán sólo una confirmación adicional para ustedes y seguramente los harán felices, aunque no serán una condición sin la cual no puedan creer y aceptar la verdad. Esto, de nuevo, es sabiduría profunda y ley divina.

Ahora deseo hablarles de un tema muy polémico entre mis amigos: el pensamiento positivo. El pensamiento positivo es, en efecto, esencial para la persona que desea crecer espiritualmente. Por desgracia, muchas veces se entiende mal lo que es y se le aplica en forma equivocada. Construir pensamientos limpios y apropiados de acuerdo con la ley divina es, desde luego, uno de los fundamentos de un camino espiritual. Como sus pensamientos son realidad, tienen forma y sustancia. Los pensamientos impuros construyen formas inarmónicas, que a la larga afectan su vida y su destino. No sólo

los pensamientos conscientes tienen este efecto, sino también las reacciones emocionales y los pensamientos subconscientes. En todo caso, la gran tentación de la persona espiritual y emocionalmente inmadura es mandar todo lo que sea incómodo al subconsciente, donde hace infinitamente más daño que cualquier pensamiento consciente, aun el peor.

Con todo se puede lidiar y todo se puede enfrentar cuando es consciente, pero cuando está encerrado en la mente subconsciente es como una bomba de tiempo programada para estallar. Allí, las formas inarmónicas se construyen de manera igualmente destructiva que si provinieran del pensamiento consciente. Por lo tanto, se alienta a los estudiantes diligentes del pensamiento “positivo” a hacer precisamente lo que es peor para ellos. Les preocupa tanto no albergar pensamientos negativos que tienden a empujar todos éstos a su subconsciente y, así, no prestan atención a la discrepancia entre lo que quieren pensar y lo que en realidad piensan o sienten.

Debe hacerse hincapié en que los pensamientos —y también las acciones— pueden controlarse mediante la dirección consciente de la voluntad; sin embargo, ustedes no pueden controlar directamente sus sentimientos. Pueden saber muy bien que es pecaminoso odiar, pero cuando el odio todavía está en ustedes, no pueden cambiar esta corriente interna tratando de forzarse. De igual manera, si no aman a una persona no pueden forzarse a hacerlo, por mucho que lo deseen. El cambio puede producirse sólo indirectamente, por control remoto, si se permite la expresión. Con cada paso hacia arriba que den en el Pathwork, sus sentimientos cambiarán automática, natural y gradualmente.

Una manera de lograr esto es hacer que el subconsciente sea conocido por el consciente. Pero el sistema del pensamiento “positivo” opera al revés; se esfuerza demasiado por inducirlos a convencerse de algo que existe sólo en la superficie y no ha echado raíces en ustedes. Así pues, viven una mentira, no importa lo bien intencionada que sea. ¡Y ésta es la más dañina de todas las cosas! Por lo tanto, es imperativo que reconozcan

de lleno lo que aún existe en ustedes y que lo enfrenten. Cuando están tan preocupados por el pensamiento “positivo”, que es correcto cuando lo practican de la manera apropiada, pueden caer en un peligro, en parte por su propia buena voluntad y en parte a causa de ese lado de ustedes que odia reconocer corrientes interiores desagradables. Entonces hacen caso omiso de lo que realmente existe en ustedes y lo encierran allí donde se fermentará y actuará más fuertemente en su contra que los pensamientos negativos que permanecen conscientes. Ésta es una consideración importante que todos ustedes deberían recordar.

Ciertamente deben practicar el pensamiento positivo. Observen sus pensamientos, pero obsérvenlos tranquilamente, con desapego y de una manera relajada, sin sentimientos de culpa, de manera que puedan percibir cuando sus emociones no siempre corran paralelas a sus pensamientos o a la manera en la que ustedes querrían que fueran sus pensamientos y sus sentimientos. Tienen que aprender a ver a su Ser Inferior, aceptando su actual existencia temporal; qué tan temporal depende enteramente de ustedes. Su Ser Inferior todavía es una realidad en el plano en el que ahora viven, y no pueden cerrar los ojos a cualquier realidad en el plano que sea.

Otro malentendido, mal uso o abuso que con frecuencia surge del principio del pensamiento “positivo” es el siguiente: Todo el mundo quiere ser feliz. Éste es un deseo muy natural, que viene tanto del Ser Superior como del Ser Inferior, pero sólo el primero sabe que hay que pagar un precio por la felicidad. El precio es todo el esfuerzo que uno tiene que hacer en el Pathwork: el autoconocimiento, la superación de las propias fallas, el aprendizaje de las leyes espirituales en lo general y su aplicación en lo particular y lo personal, y así por el estilo. El Ser Inferior, por otra parte, quiere alcanzar la felicidad por medios externos y sin pagar el precio de conquistarse. Y la base para conquistar la naturaleza inferior es el autoconocimiento, la honestidad para consigo mismos y el autoanálisis. El Ser Inferior, en su orgullo, quiere ser perfecto sin hacer el trabajo

necesario y muchas veces pesado para lograr esto. Es así que tanto el Ser Superior como el Ser inferior desean la felicidad, pero cada uno de una manera diferente. Su Ser Superior sabe que sólo mediante la perfección interior se puede alcanzar la perfección exterior, y esa es la felicidad. Su Ser Inferior no está dispuesto a pagar ningún precio; quiere tenerlo todo sin esforzarse.

Si ustedes tienen dificultades en su vida, ya saben que vienen de su naturaleza inferior y son el resultado de violar la ley divina en algún aspecto, y con frecuencia en muchos aspectos. Las personas maduras tienen que estar dispuestas a aceptar la mecánica de la ley como manera de honrar a Dios. No tratarán de zafarse de pagar el precio. El objetivo del pensamiento “positivo” mal aplicado o mal entendido es tener una perfección exterior a menudo demasiado rápidamente, tan sólo aprendiendo a controlar los pensamientos. Esto no es suficiente. Su naturaleza inferior toma prestado este principio porque se adapta muy bien a lo que quiere. El primer paso hacia un pensamiento positivo *verdadero* es tomar las consecuencias de lo que hemos hecho en el pasado, ya sea en una encarnación previa o en esta misma vida, y decir: “He violado la ley y los efectos tienen que salir a la luz. Esto significa, entre otras cosas, que tengo que aceptar las consecuencias en esta vida”.

Muchas veces observamos que a las personas les cuesta mucho trabajo practicar el pensamiento “positivo”. Una razón por la que les cuesta tanto es que, sin saberlo, sus pensamientos no están claramente formulados; cuando su deseo de felicidad proviene del Ser Inferior, tienden a pelearse con Dios y el destino siempre que se topan con dificultades y penurias. Ustedes pueden aceptar intelectualmente la verdad de que Dios no quería que tuvieran dificultades y que ustedes mismos son los responsables de ellas. Pero emocionalmente no han aprendido esta verdad mientras no estén dispuestos a pagar. Pagar significa aceptar sus dificultades, saber que son sólo temporales, ya que Dios es amor y quiere que todos Sus hijos sean felices. Pero la felicidad sólo puede alcanzarse mediante

la aceptación consciente de las leyes de causa y efecto y no tratando de escapar del efecto por medio de un mero control de los pensamientos.

La felicidad no les puede llegar mientras se quieren tanto que un poco de dolor se vuelve insoportable para ustedes. Sólo mediante la aceptación de este dolor se pueden desapegar lo suficiente de su ego hasta que el dolor ya no sea necesario para su desarrollo. Esto no significa que deban resignarse y desesperanzarse, regodeándose en sus pequeños dolores y tribulaciones. Significa que deben ser perfectamente conscientes de que todas las dificultades de su vida son autoinfligidas y, por lo tanto, deben pasarlas, soportarlas, aceptarlas y, lo más importante de todo, encontrar su causa dentro de ustedes, para eliminarlas de una vez y para siempre. La causa sólo puede encontrarse en un camino de autoconocimiento. Encuentren la falla en ustedes que es responsable de su pesar externo y elimínenla, sabiendo que la manifestación externa de la causa raíz no puede desaparecer de inmediato, sino que tiene que disolverse mediante un proceso de crecimiento lento y orgánico. Mientras este proceso dure, honren a Dios aceptando Sus leyes; no se quieren tanto que rehúyan un poco de dolor, sino carguen con él valiente y humildemente, sin dar tanta importancia a su propia comodidad personal. Ésta es la manera mejor y verdadera de practicar el pensamiento positivo.

Con esta actitud serán penetrados por la profunda convicción de que el mundo de Dios es un mundo feliz en el que no tienen nada que temer, en el que hay muchas cosas buenas que esperar. También su sentido del tiempo cambiará gradualmente: Se volverá no sólo un concepto intelectual, sino una intuición profunda que les dirá cuán corta es la duración de su pequeño dolor cuando se le considera desde la perspectiva espiritual, que es la única real. Todos ustedes han oído decir muchas veces, a mí o a otros, que sus dificultades no son tan importantes como la manera en que las viven. Y yo les he enseñado cómo hacer frente a sus dificultades.

“El que quiera ganar su vida, la perderá. El que esté dispuesto a renunciar a ella, la ganará”. ¿Qué significa esto, amigos míos? Significa que si tienen constantemente mucho miedo de un poco de dolor, si se aferran muy fuertemente a su ego y a su pequeña sensibilidad o vanidad, no renuncian a su vida; más bien, se aferran a ella con demasiada fuerza y por lo tanto la pierden. Perder, en el sentido espiritual, significa que no pueden encontrar paz, armonía o felicidad ni de dentro ni de fuera. Pero aquellos que no se toman tan en serio, cuya comodidad y todo lo que pertenece al ego no es tan terriblemente importante, cuyos pequeños dolores y vanidad herida no importan tanto, que no piensan constantemente: “Si muestro mi afecto o mis verdaderos sentimientos, ¿qué pensará la gente? Me podrían lastimar o yo podría arriesgar algo”, los que verdaderamente renuncian a su ego, recibirán la vida, de nuevo en el sentido espiritual. Encontrarán armonía interior obedeciendo la ley, y encontrarán el amor y el respeto de otros que jamás hubieran encontrado aferrándose a sí mismos tan fuertemente.

Por lo tanto, es de la mayor importancia en el camino espiritual aprender a renunciar a la propia vida en el sentido verdadero, que entraña también ser capaces de aceptar el dolor. La aplicación mal entendida del pensamiento positivo deja fuera este capítulo entero del desarrollo espiritual.

La próxima vez, mis queridos amigos, hablaré de la manera en que nosotros, los espíritus, vemos a los seres humanos, a toda la unidad de la personalidad humana, y cómo afecta esto al proceso de purificación, o al sendero de la perfección, o a la terapia psicológica, como quieran llamarle. Quiero darles el ángulo espiritual de este tema. Y deseo informarles que mi próxima conferencia también será en inglés, para que un número mayor de ustedes se beneficien de ella. Luego veremos si tendremos una conferencia en alemán de nuevo, o no. Pero de cualquier manera, las conferencias en alemán tendrán lugar con menor frecuencia.

Antes de abordar sus preguntas, querría que tú, mi amigo Walter, organizaras las preguntas de hoy en adelante. Sería

aconsejable que discutieras de antemano con todos los participantes las preguntas que quieren hacer. Sugiero que entonces las clasifiques para que se formulen en el orden de su importancia y su interés. Si no es posible responder a todas las preguntas en su momento, las restantes se aplazarán para la próxima sesión. Es más aconsejable manejar las preguntas de esta manera porque entonces no habrá pausas. Como están las cosas ahora, algunos amigos que desearían hacer preguntas a menudo titubean porque son tímidos. Entonces se produce una pausa innecesaria y este tiempo podría aprovecharse. Ahora que su círculo está creciendo cada vez más, estas cosas podrían funcionar mejor si estuvieran bien organizadas. Pero antes de entregarme a las preguntas planeadas, quisiera saber si hay algo de la conferencia anterior que les gustaría saber primero. Sólo después nos ocuparemos de las preguntas planeadas.

Y ahora, queridos míos, estoy listo para sus preguntas y las contestaré lo mejor que pueda.

PREGUNTA: ¿Por qué debe ser un anticlímax la respuesta a nuestras dudas?

RESPUESTA: Te diré por qué. Cuando un ser humano espera una respuesta de Dios y del mundo espiritual, se imagina que ésta debe llegar de una manera muy dramática, o tal vez incluso melodramática, es decir, como una especie de milagro. Sin embargo, Dios no trabaja así. Dios trabaja a través de ti o de otros seres humanos, y las respuestas que da parecen suceder de una manera tan natural que, en el momento, no puedes estar muy seguro de que realmente hubo una respuesta. Esto tiene una razón de ser muy buena; de hecho, varias razones. Una es que el estado más elevado de felicidad y gracia —la experiencia, el hecho de la existencia del otro mundo y su cercanía contigo— no debe facilitársete. Debes ser puesto a prueba una y otra y otra vez para determinar si eres merecedor de vivir en la verdad constantemente. En suma, tienes que trabajar para conseguir esto; tienes que mantener los ojos abiertos, y tus sentimientos y percepción internos sintonizados con el mundo espiritual. No

debes darlo por sentado; debes entrenar estos sentidos internos mediante la observación y la conciencia. Así, trabajas hacia arriba, usando todo lo que te ha dado el mundo espiritual, y así debe ser. Si lo recibes en forma apropiada, el resultado será infinitamente mejor; no serás sostenido por sucesos o experiencias externos, sino por la fuerza y la sabiduría que has desarrollado en tu interior, y encontrarás una fuerza y una felicidad constantes que estarán construidas sobre una roca y jamás podrán ser jaladas de debajo de tus pies.

Así pues, las respuestas llegan de una manera “mundana”, casi como si fuera por casualidad; naturalmente, no sobrenaturalmente. Y es por eso que una respuesta puede parecer un anticlímax. Si no estás seguro, toma esta incertidumbre, formula tu pregunta claramente y pide saber la verdad. Pregunta si ésta fue una respuesta o no, y la recibirás de nuevo, sin sombra de duda. Por desgracia, esto rara vez se le ocurre a las personas, incluso a aquellas que están acostumbradas a rezar y volverse a Dios con todos sus problemitas e incertidumbres. Los seres humanos tienden a dejar que las incertidumbres se fermenten en sus sentimientos y creen desorden en su alma. Todos los conflictos no clarificados, pequeños o grandes, te debilitan. Por lo tanto, sería muy aconsejable que te volvieras siempre a Dios con todas las cosas cuando sufras de incertidumbre. Pide iluminación; pide la verdad. Pregúntale cuál es Su voluntad cuando debas tomar una decisión. Así, alcanzarás mucho más pronto el estado que anhelas.

PREGUNTA: ¿Hasta dónde es la ausencia de deseo un paso necesario hacia el camino de perfección? Me refiero especialmente a las diferencias en las enseñanzas entre Oriente y Occidente.

RESPUESTA: La ausencia de deseo suele ser malinterpretada no sólo por los occidentales, sino también por los orientales. Es obvio que cierto deseo debe permanecer en el corazón humano. Y es de nuevo la misma y vieja historia: el cómo es

importante, el matiz exacto de él: la respuesta no es ni un Sí ni un No. En otras palabras, en un sentido debe existir deseo; en otro, el deseo debe cesar gradualmente. Debe permanecer el deseo de alcanzar a Dios, de experimentarlo, de servirlo, y, al servirlo, servir a nuestros hermanos. Este deseo no sólo debe venir del intelecto como un reconocimiento obediente de lo que es correcto; este deseo por sí solo, o mejor dicho su cumplimiento, traerá felicidad. Mediante el crecimiento espiritual, lo que uno desea sólo *cambia*. Sin embargo, la ausencia de deseo debe existir en lo que se refiere al ego. Nuevamente, este tipo de desapego no se puede forzar; es el resultado natural del crecimiento espiritual; sólo indirectamente se puede alcanzar este estado de ser. Aquí también es importante poder aceptar el dolor de una manera sana, como lo expliqué antes. Si te resistes mucho a aceptar el dolor, si todo tu ser se rebela tan sólo de pensarlo, deseas mucho no tener dolor, y por lo tanto no estás desapegado. Tienes que aprender a pensar que tu dolor, tu vanidad y tu comodidad no importan ni un ápice más que el de cualquier otro. Cuando sientes en forma creciente que no te importas más que cualquier otra persona a quien quizás ni conozcas personalmente, y no te consideras más importante, entonces estás un poco más cerca del desapego... y, por ende, de la felicidad.

Cuando el éxito o el fracaso personal no te afecta por dentro —y ambas cosas pueden hacer eso: una placenteramente y la otra desagradablemente— has alcanzado algo de este desapego, el único en el que encontrarás una seguridad real. De otro modo, la seguridad que buscas siempre dependerá de cosas fuera de tu control. Todo tiene que ser como tú quieres para que puedas sentirte feliz, satisfecho y seguro. Pero cuando no es así, te pierdes y te pones a merced de fuerzas dentro de ti que no puedes controlar. En otras palabras, eres controlado por ellas y pierdes la serenidad, o lo que creías que era serenidad cuando las cosas eran como tú querías. Sin embargo, si eres desapegado de la manera en que lo doy

a entender, eres independiente; no necesitas condiciones exteriores que te den armonía y seguridad. Nadas con la corriente y nunca contra ella. Nada puede tocarte entonces, ni hacerte perder el equilibrio.

Me doy cuenta de que para las personas que no están todavía tan avanzadas esto es difícil de entender. Ni siquiera me gusta hablar demasiado de este estado, ya que, si el desarrollo procede de manera adecuada, llega por sí solo y no necesita discutirse mucho. Al escuchar estas palabras antes de sentir su verdadero sabor, quizás teman desapegarse, porque me malinterpretarán, mis queridos amigos. Pensarán que este tipo de desapego significa que ya no aman más ni se preocupan por los demás, que se tornan resignados e indiferentes. ¡Pero eso está muy lejos de la verdad! La indiferencia significa no estar vivo, no vibrar con vitalidad. Y cuanto más alto están en su Pathwork, más vivos se sienten. Sí aman y sí se preocupan por los demás, pero de una manera diferente, sin los reclamos del ego, sin el lado de sombra que tienen todas las cosas en su plano de existencia.

Sus deseos y la realización de éstos no los hacen realmente felices, les pueden dar un momento de satisfacción, pero nunca tranquilidad de espíritu, serenidad y felicidad constante que nunca pueden perderse y que ustedes a menudo temen inconscientemente porque desconfían de emociones que todavía no están lo suficientemente maduros para sostener. Así que no teman, amigos míos. Ese estado es algo que vale la pena anhelar, desde luego. No ocurrirá de pronto, pero sí crecerán para alcanzarlo. Como todo lo demás, también esto se desarrollará gradual y orgánicamente si continúan en este Pathwork, y ni siquiera se darán cuenta al principio de que tiene lugar en ustedes una transformación. Sólo se sentirán más y más en paz; las cosas que salen mal ya no les afectarán; primero, menos que antes, y finalmente en absoluto. Ya no serán presa del enojo, la angustia ni la hostilidad. Vivirán más y

más constantemente en un estado de gozo. Y no crean que las pequeñas alegrías les darán entonces menos placer. Por el contrario, mientras que ahora su capacidad de disfrute se ve obstaculizada por su propia alma perturbada, por todos sus deseos y apetencias, algunos de los cuales es imposible realizar, en el nuevo estado verdaderamente disfrutarán.

Mientras estén a merced de su ego con sus miedos y ansiedades, no pueden vivir en el presente. A veces viven en el pasado... y esto está mal. Y muy frecuentemente también viven en el futuro, lo que, a su propia manera, también está mal. Esto se aplica igualmente a las personas viejas.

Cuando creen que es importante pensar en el mañana o en la siguiente hora, no viven este momento mismo. ¿Qué significa eso? Significa que hay cierto deseo conectado con el futuro. La angustia procede del tipo equivocado de deseo. Si temen algo, desean que esta cosa no suceda. Así ocurre con la mayor parte de ustedes; viven casi toda su vida en el futuro, y, por ende, dejan que la vida se deslice junto a ustedes. Se pierden de ver y apreciar las cosas más hermosas que tienen frente a los ojos; no las ven porque están demasiado ocupados con sus deseos. El ahora se pierde para muchos de ustedes por sus deseos. Si este tipo de desapego no se alcanza, constantemente pierden la felicidad del ahora. Y les ruego a todos ustedes, amigos míos, a quienes la idea de la ausencia de deseo o desapego los asusta un poco, que no piensen en ello. Llegará como un subproducto cuando sigan este camino de felicidad, si deciden seguirlo. Esto es lo que tengo que decir.

PREGUNTA: Cuando usted habla del pensamiento positivo, dice que deberíamos ser conscientes del odio o el resentimiento que sentimos. Pero ¿cómo se supone que debemos relacionar el tipo de pensamiento positivo que deberíamos tener con los sentimientos que hay en nosotros, y no entrar en conflicto?

RESPUESTA: Cuando medites, escucha tu interior. Sólo observa tus sentimientos, reacciones y tendencias internos. No

trates de tapar tus verdaderos sentimientos por ningún motivo. Dile a Dios: “Quiero la verdad, incluida la verdad temporal acerca de mí, acerca de todos mis sentimientos y pensamientos verdaderos”. No puedes acceder a la verdad absoluta a menos que descubras primero tu propia verdad temporal, por desagradable que ésta sea. Por lo tanto, pídele a Dios tu propia verdad y está dispuesto a encararla. Sobre todo, ora para tener la voluntad de hacerlo meditando sobre estas palabras. Por ejemplo, como no puedes alcanzar tu meta sin encontrar tu propia verdad, te puedes liberar de todas las cadenas sólo conociéndote, encarándote y conquistándote. Obsérvate clínicamente. Luego sólo nota tus sentimientos; regístralos con desapego. Dite a ti mismo: “Ésta es la manera en que deseo pensar y sentir, pero en tal o cual aspecto, mis verdaderos sentimientos, mis pensamientos internos, aún se desvían de lo que entiendo intelectualmente. Esta comprensión todavía no llega a mis emociones. Obsérvate continuamente, todos los días. A veces habrá más discrepancia, a veces menos; esto depende de muchas cosas.

Si practicas este proceso durante un tiempo, aprenderás varias cosas de una vez. En primer lugar, aprenderás a aceptarte como eres, y aprenderás la humildad de la que muchos de ustedes carecen porque todos quieren ser perfectos y estar en la cima de la montaña, cuando en realidad no han llegado siquiera al primer valle. Y esto es también un tipo de orgullo, aunado a la pereza. Quieren estar allí sin al hacer el esfuerzo de llegar allí. De nuevo, su ser inferior no quiere pagar el precio. Así que aprende la humildad; aprende a aceptarte como eres; aprende tu verdadera naturaleza interna con sus muchas facetas y no sólo las facetas que quieres ver.

Todo este proceso es sumamente sano y te dará infinitamente más fuerza que el tipo de pensamiento fantasioso que podrías sentirte tentado a usar, motivado por una teoría malentendida de pensamiento positivo. Esto

es mucho más que pensamiento positivo, pues aprendes a vivir en la realidad, la realidad temporal que has creado con tus actitudes anteriores. Si haces sólo esto durante un tiempo y te acostumbras a aceptar objetivamente, casi fríamente, la imperfección que vive en tu naturaleza inferior sin sentirte demasiado perturbado por ello, después de un rato llegarás al segundo paso. El siguiente paso consiste en meditar sobre la ley divina que tu tendencia interior ha violado. Quien siga este camino, quien desee sinceramente recorrerlo, definitivamente será guiado al mejor maestro para su personalidad y problemas específicos. Esto debe suceder y siempre sucederá porque no puedes emprender este Pathwork sin enseñanzas de fuera. Así aprenderás qué meditación en particular es la mejor para tu problema. El odio o el resentimiento pueden tener distintas causas o motivos en diferentes personas. Las mismas cosas pueden necesitar diferentes enfoques, diferentes tipos de meditación en distintos individuos. Pero esto vendrá después.

Primero, la observación clínica del ser, del Ser Inferior desde la perspectiva de Ser Superior, tiene que practicarse y dominarse antes de que se establezca la segunda fase. Primero tienes que aprender a aceptarte como eres, a descender del pedestal en el que te has colocado. Acéptate con humildad y sin sentimientos de culpa: “Así soy, pero ésta es la manera en que deseo ser, y para tender un puente entre la discrepancia deberé tener paciencia y la fuerza de voluntad de trabajar sin cesar, pues de lo contrario no puedo esperar llegar al lugar espiritual que busco”. Después de que hayas aprendido eso, tu segunda fase específica se te mostrará; eso te lo puedo asegurar.

Y ahora, amigos míos, los dejo. Hay una bendición especial para cada uno de ustedes y amor de todos sus seres queridos que se hallan en el mundo espiritual. Muchos de ellos están presentes durante estas conferencias; no todos, pero sí algunos. También aprenden y los observan. Llegará el día en que ocasionalmente

les dé noticias de algunos de ellos. Todos les envían su amor y el ferviente deseo de que salgan de su ceguera, de sus nubes y, por ende, encuentren la verdad, la luz y la libertad. Sigán adelante con su vida y lleven con ustedes las bendiciones y el amor de Dios. ¡Queden en paz!



CONFERENCIA ORIGINAL:  
Dictada el 27 de septiembre de 1957.

EDICIÓN EN INGLÉS:  
*Positive Thinking — The Right And Wrong Kind.*  
1996

TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL:  
Margarita Montero Zubillaga.  
2011

RECONOCIMIENTO:  
El proyecto de las CONFERENCIAS DEL GUÍA en nuevo formato PDF, E-PUB y KINDLE fue posible gracias a la aportación de Ana Consuelo de Alba, Rocío Castro y Olga Tanaka. Participó: Vicente Encarnación y formó Ana Guerrero. Septiembre 2020.



© PDF, E-PUB y KINDLE son marcas registradas.