
CONFERENCIAS DEL GUÍA

084

Amor, poder y serenidad
como atributos divinos
y como distorsiones



PATHWORK
DE MÉXICO

Amor, poder y serenidad como atributos divinos y como distorsiones



SALUDOS, MIS MUY QUERIDOS AMIGOS. Dios bendiga a cada uno de ustedes. Bendita sea esta hora.

Me gustaría hablar de tres grandes 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 operan lado a lado, en perfecta armonía, alternándose de acuerdo con la situación específica. Se complementan y fortalecen uno al otro. Se conserva entre ellos la flexibilidad para que ninguno de estos tres atributos pueda jamás contradecir o interferir en otro.

Sin embargo, en la personalidad distorsionada se excluyen mutuamente. Uno contradice al otro, de manera que generan conflicto. Esto sucede porque uno de estos atributos es elegido inconscientemente por la persona para la solución de los problemas de la vida.

Las actitudes de sumisión, agresividad y retraimiento son las distorsiones del amor, el poder y la serenidad. Me gustaría ahora hablar en detalle de cómo operan en la psique, cómo forman una supuesta solución y cómo la actitud dominante crea normas dogmáticas y rígidas que luego se incorporan a la imagen idealizada de sí mismo.

De niño, el ser humano se topa con la desilusión, la desesperanza y el rechazo, tanto reales como imaginarios. Estos sentimientos crean inseguridad y falta de confianza en sí mismo, que la persona busca superar, desafortunadamente de la manera equivocada. A fin de dominar las dificultades creadas, no sólo en la infancia, sino más tarde en la vida como consecuencia de recurrir a las soluciones equivocadas, las personas se involucran más y más en un círculo vicioso. Sin darse cuenta de que la “solución” misma que emprenden les trae problemas y decepciones, tratan aún más tenazmente de perseguir lo que consideran una solución. Cuanto menos éxito tienen, más dudan de ellos mismos. Cuanto más dudan de ellos mismos, más se pierden en la solución equivocada.

Una de estas seudosoluciones es el *amor*. El sentimiento es: “Si tan sólo pudiera ser amado, todo estaría bien”. En otras palabras, se da por sentado que el amor debe resolver todos los problemas. Huelga decir que no es así, especialmente cuando uno considera la forma en que este amor supuestamente debe darse. En realidad, una persona perturbada que adopta esta solución difícilmente experimenta el amor. A fin de recibir amor, estas personas desarrollan varias tendencias y pautas típicas de personalidad en su conducta y reacción interiores y exteriores que tienden a volverlas más débiles e impotentes de lo que son en realidad. Al adoptar características más y más humildes a fin de obtener el amor y la protección que por sí solos parecen prometer un seguro contra la aniquilación, acatan las demandas reales o imaginarias de otros, rebajándose y arrastrándose al punto de vender su alma para recibir aprobación, empatía, ayuda y amor. Inconscientemente, estas personas creen que la autoafirmación y la defensa de sus deseos y necesidades equivale a renunciar al único valor de la vida: el de ser cuidados como si fueran niños, no necesariamente en cuestiones económicas, sino emocionalmente. Así, artificial y deshonestamente a fin de cuentas, estas personas afirman tener una imperfección, una impotencia y una sumisión que no son genuinas. Usan estas falsas debilidades como arma y medio para finalmente ganar y dominar la vida.

Para evitar que se descubra dicha falsedad, estas tendencias se incorporan a la imagen idealizada de sí mismo. Así, las personas llegan a creer que todas estas tendencias son señales de su bondad, su santidad y su generosidad. Cuando se “sacrifican” a fin de finalmente poseer a un protector fuerte y amoroso, se sienten orgullosas de su capacidad de sacrificarse generosamente, de nunca afirmar que poseen algún conocimiento, logro o fuerza. Por ese medio, esperan forzar a otros a sentirse amorosos y protectores hacia ellos. Esta seudolución tiene muchos, muchos aspectos. Tienen ustedes que buscarlos concienzudamente en el trabajo que están haciendo. No es fácil detectarlos, ya que estas actitudes están profundamente arraigadas y parecen haberse convertido en parte de su naturaleza. Además, muchas veces pueden racionalizarlas para que parezcan necesidades aparentemente reales. Por último, pero no menos importante, siempre son frustradas por las tendencias de otras seudoluciones que también están siempre presentes en el alma, aunque tal vez no sean tan predominantes. Del mismo modo, aquellos cuyas seudoluciones son diferentes encontrarán aspectos de esta sumisión en su psique. El grado en que esta seudolución predomina varía con cada individuo. Y también el grado en que es contrarrestada por otras “soluciones”.

La persona con la actitud predominantemente sumisa tendrá más dificultades para descubrir el orgullo que prevalece en todas estas actitudes. El orgullo en los otros tipos está en la superficie. Los otros tipos pueden incluso estar orgullosos de su orgullo; pueden estar orgullosos de su agresividad y su cinismo, pero una vez que lo ven, ya no pueden tapanlo con su “amor”, su “abnegación” o cualquier otra actitud “santa”. El tipo sumiso tiene que observar estas tendencias con ojos de mucho discernimiento a fin de descubrir cómo las idealizaron. Tal vez descubran en sí mismos una reacción de crítica y desprecio distantes hacia todas las personas que se autoafirman, incluso hacia la autoafirmación sana y no el tipo que surge de la distorsión del poder. Simultáneamente, el tipo sumiso puede también admirar y envidiar la despreciada agresión de otros,

a pesar de sentirse superior en su “desarrollo espiritual” o “normas éticas”, y tal vez piense nostálgicamente: “Si tan sólo pudiera ser así, llegaría más lejos en la vida”. Sin embargo, al pensar esto, la persona hace hincapié en la “bondad” que le impide tener lo que alcanzan las personas “menos buenas”. El orgullo del martirio sacrificial vuelve difícil descubrir lo que hay debajo de la superficie. Sólo una percepción muy veraz de la naturaleza real de estos motivos revelará el egoísmo y el egocentrismo fundamentales que existen en esta actitud, tanto como en las otras actitudes vinculadas con las seudosoluciones. El orgullo, la hipocresía y la simulación están presentes en todas ellas cuando se les incorpora a la imagen idealizada. Al tipo sumiso le costará más trabajo encontrar el orgullo, mientras que al tipo agresivo le resultará más difícil encontrar la simulación, ya que el segundo finge una “honestidad” en el hecho de ser despiadado, cínico e interesado en su propia ventaja.

La necesidad del amor protector tiene cierta validez en el niño, pero si se mantiene hasta la adultez, esta necesidad ya no es válida. En la búsqueda de ser amado —aparte del ansia del placer supremo— está el elemento de: “Tengo que ser amado para poder creer en mi propio valor. Entonces quizás esté dispuesto a corresponder al amor”. A final de cuentas es un amor egocéntrico y unilateral. Los efectos de toda esta actitud son graves.

La necesidad de un amor y una dependencia así en realidad los vuelve indefensos. No cultivan en ustedes la facultad de pararse sobre sus propios pies. En vez de ello, emplean toda su fuerza psíquica para estar a la altura de este ideal de ustedes, para forzar a otros a satisfacer sus necesidades. En otras palabras, obedecen con el fin de que otros los obedezcan; se someten con el propósito de dominar, aunque este dominio siempre se manifestará como una indefensión suave y débil.

No es sorprendente que una persona envuelta en esta actitud se distancie del ser real. El ser real tiene que ser negado, ya que afirmarlo parece intrépido y agresivo. Esto tiene que evitarse a toda costa. Pero la indignidad que se inflige el individuo por

esta autonegación da como resultado el autodesprecio y la baja autoestima. Como esto es doloroso, aparte de ser contradictorio con la imagen idealizada de sí mismo que recomienda la humildad como virtud suprema, tiene que proyectarse a otros. A su vez, estas emociones de desprecio y resentimiento contradicen las normas del ser idealizado. En consecuencia, tienen que ocultarse. Esta doble ocultación causa inversión y tiene graves repercusiones en la personalidad, que también se manifiestan en síntomas físicos de todo tipo.

El enojo, la furia, la vergüenza, la frustración, el autodesprecio y el odio a sí mismo existen por dos razones. Existen, en primer lugar, por negar el ser real de uno, por la indignidad de que se le impida ser quien realmente es. Uno cree entonces que el mundo impide la autorrealización, abusa y se aprovecha de la “bondad” de uno. Esto se llama proyección. En segundo lugar, existen porque uno es incapaz de estar a la altura de los dictados de su ser idealizado específico, que dicen que uno nunca debe ofenderse, despreciar, sentir aversión por alguien, culpar, juzgar a otros y así sucesivamente. Como resultado, uno no es tan “bueno” como debería ser.

Éste es, brevemente, el cuadro de una persona que ha escogido el “amor”, con todas sus subdivisiones de compasión, comprensión, perdón, unión, comunicación, hermandad y sacrificio, como una solución unilateral. Ésta es una distorsión del atributo divino del amor. La imagen idealizada de este tipo tendrá distorsiones correspondientes como normas de conducta. Uno debe estar siempre en segundo plano, jamás afirmarse, ceder en todos los casos, jamás encontrar defectos en los demás, amar a todo el mundo, nunca reconocer sus verdaderos valores y logros, y así por el estilo. Superficialmente esto parece, en efecto, un retrato muy virtuoso, pero, amigos míos, no es sino una caricatura del amor, la comprensión, el perdón y la compasión verdaderas. El veneno de los motivos subyacentes distorsiona y destruye lo que realmente podría ser genuino

En la segunda categoría está el buscador de *poder*. Esta persona piensa que el poder y la independencia de los demás resolverán

todos los problemas. Este tipo, así como el otro, puede presentar muchas variaciones y subdivisiones. Puede ser predominante, o subordinarse a uno o a ambas de las otras dos actitudes. Aquí, el niño en crecimiento cree que la única manera en que puede estar seguro es volviéndose tan fuerte e invulnerable, tan independiente y frío que nada ni nadie pueda tocarlo. El siguiente paso es amputarse todas las emociones humanas. Sin embargo, cuando éstas salen a la superficie, el niño se siente profundamente avergonzado y considera que cualquier emoción es una debilidad, ya sea ésta una debilidad real o una imaginaria. El amor y la bondad también se consideran una debilidad y una hipocresía, no sólo en sus formas distorsionadas, como en el tipo sumiso, sino también en sus formas reales y sanas. La calidez, el afecto, la comunicación, la generosidad: todo esto es despreciable, y siempre que se sospecha la existencia de un impulso de esta índole, el tipo agresivo se siente tan profundamente avergonzado como el tipo sumiso se avergüenza de su resentimiento y de las cualidades autoafirmativas que laten en su interior.

El impulso de poder y la agresividad pueden manifestarse de muchas maneras y en muchas áreas. Pueden dirigirse principalmente hacia los logros, para competir y tratar de ser mejores que todos los demás. Cualquier competencia se sentirá como una herida a la especial posición exaltada que uno necesita para lograr este tipo de solución privada. O bien, puede ser una actitud más general y menos definida hacia la gente en general. Al cultivar artificialmente una rudeza que no es más real que la impotente suavidad de la persona sumisa, el tipo poderoso es igualmente deshonesto e hipócrita, porque esta persona también necesita calor y afecto humanos, y sin ellos sufre de aislamiento. Al no admitir el sufrimiento, este tipo es tan deshonesto como los otros dos. Esta imagen idealizada en particular dicta normas de independencia y poder casi divinos. Como cree en la autosuficiencia completa, esta persona no siente la necesidad de nadie, al revés de los simples seres humanos que sí la sienten. Tampoco se reconocen como algo importante el amor, la amistad o la ayuda. En esta imagen el

orgullo es muy obvio, pero la deshonestidad será menos fácil de detectar, porque este tipo se oculta bajo la racionalización de lo hipócrita que es el tipo “santurrón”.

Como esta imagen idealizada de sí mismo demanda tanto poder e independencia de los sentimientos y las emociones humanas como ningún ser humano puede tener, se demuestra constantemente que la persona no puede vivir a la altura de este ser ideal. Este “fracaso” lanza a la persona a episodios de depresión y autodesprecio que, de nuevo, tienen que proyectarse a otros, a fin de no darse cuenta del dolor de este autocastigo. La incapacidad de estar a la altura de la imagen idealizada siempre tiene este efecto. Cuando uno analiza cuidadosamente las demandas de cualquier imagen idealizada de sí mismo, encuentra que siempre contiene el rasgo de la omnipotencia. Sin embargo, estas reacciones emocionales son tan sutiles y escurridizas, y están tan ocultas por las racionalizaciones, que se necesita una mirada muy meticulosa y concentrada para tomar conciencia de todo esto. Sólo el trabajo que ustedes hacen puede permitirles saber cuántas de estas actitudes existen en ustedes. Desde luego, son mucho más fáciles de encontrar cuando un tipo de seudosolución es muy dominante en la personalidad. En la mayor parte de los casos, sin embargo, las actitudes están más ocultas y se hallan en conflicto entre sí.

Otro síntoma del tipo agresivo, que cree que el poder es la solución, es la visión artificialmente cultivada de “realmente qué malos son el mundo y la gente”. Una persona que busca una prueba de esta visión negativa recibe mucha confirmación, y se enorgullece de ser “objetiva” y lo contrario de crédula. Esto, pues, servirá de pretexto para no querer a nadie. En este caso la imagen idealizada dicta que uno no debe amar. Amar, o en ocasiones mostrar su verdadera naturaleza, es una violación crasa de su imagen idealizada y produce una profunda vergüenza. A la inversa, el tipo sumiso se siente orgulloso de amar a todos y de considerar buenos a todos los seres humanos. Esta perspectiva es necesaria para mantener la actitud sumisa. En realidad, a este tipo de persona no le importa si otros son

buenos o malos, mientras lo amen, lo aprecien, lo aprueben y lo protejan. Toda evaluación de los demás depende de eso. Como todo el mundo posee tanto virtudes como defectos, tanto las unas como los otros pueden resaltarse dependiendo de cómo se relaciona la otra persona con el sumiso.

Los buscadores de poder jamás deben fracasar en nada. Al contrario de los tipos sumisos que glorifican el fracaso porque éste demuestra su impotencia y obliga a otros a darles amor y protección, los buscadores de poder se enorgullecen de jamás fracasar en nada. En ciertas combinaciones de las seudosoluciones puede permitirse el fracaso porque en algún área específica la actitud prevalente puede ser la sumisión. Del mismo modo, el tipo sumiso puede recurrir en ciertos casos a la solución del poder. Ambas “soluciones” son igualmente rígidas, poco realistas e irrealizables. Cada una es una fuente constante de dolor y desilusión con respecto al ser, y por lo tanto produce un grado aún mayor de falta de respeto por sí mismo.

Indiqué antes que siempre hay una mezcla de las tres “soluciones” en una persona, aunque una puede ser predominante. De ahí que la persona no pueda hacer justicia ni siquiera a los dictados de la solución elegida. Incluso si fuera posible no fracasar jamás, o amar a todo el mundo, o ser enteramente independiente de otros, esto se vuelve más y más imposible cuando los dictados de la imagen idealizada de la persona simultáneamente le exigen amar y ser amada por todos y conquistarlos. Para lograr una meta así, uno necesita ser agresivo y a menudo despiadado. Así pues, una imagen idealizada de sí mismo puede simultáneamente exigirle a una persona, por una parte, ser siempre generosa para obtener amor, y, por la otra, ser siempre egoísta para obtener poder. Además, uno también tiene que ser completamente indiferente y distante de todas las emociones humanas para no ser perturbado. ¿Pueden imaginarse el conflicto que representa esto en el alma humana? ¡Cuán desgarrada debe de estar! Todo lo que hace está mal y genera culpa, vergüenza, un sentimiento de insuficiencia, y por lo tanto frustración y autodesprecio.

Consideremos ahora el tercer atributo divino, *la serenidad*, elegida como solución y, de esa manera, distorsionarla. Originalmente una persona puede haber estado tan desgarrada entre los dos primeros aspectos, que tenía que buscar una salida recurriendo a un retraimiento de los problemas internos, y por lo tanto de la vida como tal. Debajo del retraimiento, o falsa serenidad, esa alma sigue dividida en dos, pero ya no es consciente de ello. Se ha construido una fachada tan fuerte de falsa serenidad que, mientras las circunstancias de la vida lo permitan, esta persona estará convencida de haber alcanzado la verdadera serenidad. Pero si las tormentas de la vida la tocan, si los efectos del rabioso conflicto subyacente finalmente surgen, verá lo falsa que era esta serenidad. Será evidente que el edificio efectivamente estaba construido sobre arena.

El tipo retraído y el buscador de poder parecen tener algo en común: se distancian de sus emociones, no tienen apego a otros y sienten un fuerte impulso de independencia. Por mucho que se parezcan las motivaciones emocionales subyacentes — miedo de ser lastimado y decepcionado, miedo de depender de otros y, por lo tanto, de sentirse inseguro— los dictados de la imagen idealizada de estos dos tipos son muy distintos. Mientras que el buscador de poder se regocija de su hostilidad y de su espíritu combativo y agresivo, el tipo retraído es totalmente inconsciente de estos sentimientos, y siempre que salen a la superficie se asombra de ellos porque violan los dictados de la solución de retraimiento. Estos dictados son: “Debes ver benigna y desapegadamente a todos los seres humanos, conocer sus debilidades y sus buenas cualidades, pero sin sentirte molesto ni afectado por ninguna de ellas”. Esto, de ser cierto, sería efectivamente la serenidad. Pero ningún ser humano es así de sereno. De ahí que estos dictados sean poco realistas e irrealizables. También incluyen el orgullo y la hipocresía: orgullo, porque este desapego parece tan divino en su justicia y su objetividad. En realidad, la visión de este individuo puede estar igualmente matizada por lo que el otro piense, como sucede en el caso del tipo sumiso. Pero como es demasiado orgulloso para admitir que un ser elevado pueda ser

afectado por las debilidades humanas, esta persona trata de elevarse por encima de todo eso. Esto no es posible. Como este tipo también es tan dependiente de los demás como los otros dos tipos, la deshonestidad es la misma. Y como el desapego no es verdadero y nunca puede serlo si se le usa como seudosolución, esta persona también debe quedarse corta con respecto a las normas y los dictados de esta imagen idealizada específica. Esto hará que sienta el mismo autodesprecio, culpa y frustración que los otros dos tipos cuando se quedan cortos con respecto a sus respectivas normas.

He esbozado estos tres tipos principales muy brevemente, de una manera muy general. No necesito decir que existen muchas variaciones. De acuerdo con la fuerza, la intensidad y la distribución de estas “soluciones” se manifestará la tiranía de la imagen idealizada de sí mismo. Todo esto tienen que encontrarlo en su trabajo individual. No olviden que estas actitudes nacidas del ser idealizado difícilmente pueden aplicarse a la persona total. La actitud distorsionada puede estar presente en un grado más alto en ciertas áreas de su vida, y en un grado menor en otras; en otras facetas más de la vida no aparece para nada. La parte más importante de este trabajo es *sentir* estas emociones, experimentarlas verdaderamente. Es imposible que se deshagan de la imagen idealizada, que tanto obstruye la vida, si se limitan a observar lo que hay en ustedes de una manera desapegada, con su intelecto. Tienen que volverse intensamente conscientes de todas estas tendencias, a menudo contradictorias, y esto será doloroso.

El dolor que siempre estuvo en ustedes, pero se mantenía oculto, contra el cual se “protegieron” descargándolo en otros, en la vida y en el destino, se convertirá en una experiencia consciente que necesitan absolutamente. A primera vista, esto parecerá una recaída. Creerán que están peor que antes de que comenzaran este trabajo. Pero no es así. Es su progreso mismo lo que hizo posible que todas estas emociones hasta ahora ocultas se volvieran conscientes, a fin de que realmente puedan analizarlas. De lo contrario no podrían disolver la

superestructura de su tirano, su imagen idealizada con todo el daño innecesario que les causa. Están tan condicionados por las reacciones emocionales a las que se han acostumbrado, están tan involucrados en ellas, que no pueden ver lo que tienen frente a los ojos. Pasan por alto las reacciones emocionales aparentemente insignificantes ante ciertas situaciones, mientras buscan reconocimientos nuevos y ocultos. Pero son precisamente estas reacciones emocionales lo que les dará la pista, una vez que enfoquen su atención en ellas. Esto sería imposible si no estuvieran perturbados. Por lo tanto, la perturbación inevitablemente saldrá a la luz y éste es el momento en que pueden hacerle frente.

Así pues, amigos míos, empiecen a ver sus emociones bajo esta luz. Entonces descubrirán las demandas tan imposibles que les hace la imagen idealizada de ustedes mismos. 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 demandas del ser, necesitan que otras personas les ayuden a lidiar con ellas. Inconscientemente, presionan a otros para que les den lo que son incapaces de dar. Entonces son mucho más dependientes de lo que necesitan ser, a pesar de todos los esfuerzos que hacen para alcanzar una independencia distorsionada ya sea del tipo agresivo o del tipo retraído.

También tienen que encontrar la causa y el efecto de estas condiciones. Verán su vida, y sus dificultades pasadas y presentes, con una perspectiva nueva. Entenderán que han creado, si no todas, sí muchas de estas dificultades, sólo debido a su “solución”.

No basta con entender intelectualmente que cuanto más involucrados están en sus seudosoluciones, menos aspectos de su ser real pueden manifestarse. También necesitan experimentar esto. Esta experiencia debe ocurrir si permiten que sus emociones salgan a la superficie y trabajan con ellas. Entonces, y sólo entonces, empezarán a intuir el valor intrínseco de su ser real. Sólo entonces les será posible soltar el valor falso de su ser idealizado. Es un proceso mutuo: al

permitirse ver los valores falsos, por doloroso que esto sea, sus valores reales gradualmente surgirán de modo que ya no necesiten los falsos.

Como el ser idealizado los enajena de su ser real, no son conscientes en absoluto de sus valores reales. A lo largo de su vida se concentran inconscientemente en los valores falsos: ya sea en los valores de los que carecen pero creen que deberían tener, mientras fingen ante sí mismos y ante otros que sí los tienen, o se concentran en valores que existen potencialmente, pero que no han desarrollado al grado de que puedan llamarlos legítimamente suyos. Como su ser idealizado no admite que estos valores aún necesitan desarrollarse, no los desarrollan y, sin embargo, se los apropian como si ya estuvieran lo suficientemente maduros. Como dedican todos sus esfuerzos a concentrarse en estos valores falsos o inmaduros, no ven los valores reales. Como no pueden verlos, les da miedo soltar los falsos pues temen que entonces no tendrán nada. Así pues, sus valores reales no cuentan. Ustedes no sienten que existan, ya sea porque contradicen las demandas de su ser idealizado, o porque todo lo que llega naturalmente y sin esfuerzo no parece real. Están tan condicionados a esforzarse por alcanzar lo imposible que no se les ocurre que no hay nada por lo cual esforzarse, porque lo que realmente es valioso ya está ahí. Pero al no utilizar ustedes estos valores, muchas veces éstos permanecen inactivos. Esto es una gran lástima, amigos míos, porque, después de todo, ustedes crearon la imagen idealizada de sí mismos, como indiqué en la conferencia anterior, porque no creían en su valor real. Porque construyen la imagen idealizada y tratan de ser ella, no pueden ver qué hay en ustedes que verdaderamente valga la pena aceptar y apreciar.

Desplegar todo este proceso es doloroso al principio, porque las emociones de ansiedad, frustración, culpa, vergüenza y otras tienen que experimentarse intensamente. Pero al proceder con valentía, adquirirán una perspectiva muy diferente de todo. Por último, pero no menos importante, empezarán a verse como realmente son por primera vez. Conocerán sus limitaciones.

Al principio representará un choque aceptar estas limitaciones que distan tanto del ser idealizado. Pero al aprender a hacerlo, empezarán a sentir la existencia de valores en ustedes de los que nunca se han dado cuenta verdaderamente. Entonces un sentimiento de fuerza y de confianza les hará ver la vida y a ustedes mismos de una manera muy diferente. Gradualmente tendrá lugar el proceso de convertirse en su ser real. Esto fortalecerá su verdadera independencia, de modo que ser apreciados por otros dejará de ser la vara de medir del valor de su ser. La validación por parte de otros adquiere tanta importancia sólo porque no se evalúan honestamente. Así, la validación que otros les den se vuelve una sustitución. Conforme empiecen a confiar en su propio ser y a gustarse, lo que otras personas piensen de ustedes no será ni la mitad de importante. Se sentirán seguros por dentro, y ya no necesitarán construir valores falsos con orgullo y simulación. Ya no dependerán de un ser idealizado, en el que no pueden confiar, y que por lo tanto los debilita. La libertad de soltar esta carga no puede describirse con palabras.

Pero, amigos míos, éste es un proceso lento que no sucede de la noche a la mañana. Proviene de una autobúsqueda y análisis constantes de sus problemas, sus actitudes y sus emociones. A medida que procedan de esta manera, su ser real con sus valores y capacidades reales evolucionará a través de un proceso de crecimiento interior y natural. Su individualidad se volverá entonces más y más fuerte. Su naturaleza intuitiva se manifestará sin inhibiciones, con una espontaneidad natural y confiable. Así es como sacarán el mayor provecho de su vida; no impecablemente, no sin fallar, no excluyendo la posibilidad de cometer errores. Pero su actitud ante sus fracasos y errores será muy diferente. Más y más combinarán las actitudes divinas de amor, poder y serenidad de una manera sana, no distorsionada.

El amor no será un medio para alcanzar un fin. No será una necesidad que los salve de la aniquilación. Por lo tanto, dejará de ser egocéntrico. Su propia capacidad de amar combinará el poder y la serenidad. O, para decirlo de otra manera, se

comunicarán con amor y comprensión y al mismo tiempo serán verdaderamente independientes. No usarán el amor, el poder y la serenidad para que los provean del respeto por sí mismos del que carecen. El amor genuino, no el egocéntrico, ya no interferirá entonces en el poder sano, que no es el poder del orgullo y el desafío, ni el poder de triunfar sobre otros, sino el poder de dominarse a sí mismos y sus dificultades sin demostrarle nada a nadie. Cuando buscan el dominio distorsionando el atributo del poder, lo hacen con la intención de demostrar su superioridad. Cuando alcanzan el dominio por medio del poder sano, lo hacen con la intención de crecer. No tener el dominio ocasionalmente no representará una amenaza como cuando estaban en la distorsión. No disminuirá su valor ante sus propios ojos. Así crecerán verdaderamente con cada experiencia de vida. Aprenderán, tendrán logros y obtendrán un poder real, no el tipo falso. No habrá ambición, compulsión ni prisa.

La serenidad sana no los llevará a esconderse de sus emociones, de la experiencia, de la vida y de sus propios conflictos; el amor y el poder sanos les permitirán un desapego sano cuando se observen, de modo que verdaderamente se vuelvan más objetivos. La verdadera serenidad no es evitar la experiencia y las emociones que quizás sean dolorosas en el momento, pero que podrían darles una clave importante cuando tengan que pasar por ellas y encontrar lo que hay detrás.

El amor, el poder y la serenidad pueden ir de la mano. De hecho, cuando cada uno de ellos es sano, se complementan uno a otro. Pero pueden causar la guerra más terrible dentro de ustedes si están distorsionados.

Y ahora, amigos míos, ¿tienen preguntas?

PREGUNTA: Cuando un niño fuerza el amor a través de una rabieta y de adulto después repite este patrón —no necesariamente hacia afuera, sino con rabietas internas— ¿la causa de esto sería la “solución” del poder?

RESPUESTA: No se puede precisar la causa tan fácilmente.

Las generalizaciones pueden ser engañosas. Cada caso es

diferente. En uno puede ser eso. El impulso del poder se frustra porque el ser idealizado de la persona exige que siempre se haga su voluntad. Pero también puede existir en el tipo sumiso que necesita el amor como solución a todos sus problemas. Este tipo está tan convencido de que el amor será la solución, y depende tanto de ella, que cuando otros no obedecen esta demanda, la persona se enfurece. La furia y el autodesprecio son tan fuertes que tienen que exteriorizarse y entonces se proyectan a la otra persona. Esto, a su vez, crea culpa porque ofende los edictos del ser idealizado de que uno jamás debe enojarse con otros.

También puede haber aquí una combinación de la búsqueda de poder y amor. Estas dos actitudes están constantemente en guerra entre sí. Por una parte, la necesidad de ser amado es muy fuerte. Pero del otro lado está la superioridad del tipo de poder, que se siente especialmente humillado y exhibido por su dependencia del amor, que se esfuerza por parecer invulnerable tanto como ansía ser amado.

Así que la rabieta puede ser una combinación. Cada persona tiene que encontrar cuál seudolución se aplica a su propia persona en forma separada e individual, no sólo con respecto a la situación de la infancia cuando se instituyeron inconscientemente estas “soluciones”, sino también en los predicamentos y problemas presentes de la vida. Deben descubrir que una tendencia puede ser más predominante en una situación, y otra en diferentes circunstancias.

PREGUNTA: Usted nos ha mostrado cómo se manifiesta la distorsión de estos atributos. También nos ha mostrado cómo operan de la mano cuando son sanos. Pero, además, pienso que no sólo pueden ir de la mano a la manera divina, sino que son producto uno del otro: amor en forma de fuerza, y fuerza que emana del amor, y ambos producen juntos la serenidad. Mi pregunta es: ¿Hay una distorsión de esta unificación misma en la que uno cree que puede combinarlos, pero lo hace de una manera distorsionada?

RESPUESTA: De nuevo, existe una actitud muy contradictoria.

La persona puede creer que el amor y la fuerza pueden combinarse, o que ella es tanto amorosa como fuerte. Y esto sería cierto si dichas cualidades fueran sanas, pero en su forma distorsionada no pueden combinarse. Un análisis más estrecho mostrará que son mutuamente excluyentes, debido a la distorsión. Cada persona tiene que encontrar en su trabajo exactamente por qué y cómo dos tendencias se oponen entre sí al observar la causa y el efecto de cada una.

Al mismo tiempo una persona puede estar inconscientemente convencida de que estos atributos no pueden combinarse. Por lo tanto, cuando se muestran sumisos, estos individuos sienten odio por sí mismos, porque creen que deberían ser orgullosos, indiferentes e independientes, y no ven que podrían ceder en ocasiones, sin dejar de manifestar una independencia sana.

PREGUNTA: ¿Podría un intento distorsionado de unificación hacerse pasar por la convicción de que uno es flexible y siempre usa su mejor criterio?

RESPUESTA: Sí, efectivamente, muy a menudo es así.

PREGUNTA: ¿Podría darnos algunas ideas de las razones de los actos compulsivos? En particular, ¿cuál es la base emocional de comprar y comer compulsivamente? ¿Y cómo pueden combatirse estos dos actos específicos?

RESPUESTA: La única manera de combatirlos es hacer este trabajo y hallar las razones subyacentes. Debe de haber una razón muy particular y personal que necesita encontrarse. Si procuras que la conducta compulsiva desaparezca por la fuerza, mediante la disciplina, lo mejor que puedes esperar lograr es eliminar el síntoma, pero otros síntomas aparecerán en su lugar y producirán una ansiedad aún mayor.

De nuevo, no se pueden generalizar las razones por las que la gente tiene estas compulsiones. Sólo podría decir que cualquier compulsión procede de una conclusión

inconsciente de que algo debe tenerse, alcanzarse, adquirirse. Pero cuando llega el momento en que esto llega a la personalidad exterior, el objetivo seguramente ya fue sustituido. Por ejemplo, la imagen idealizada puede dictar que se esté a la altura de algo, o que se gane algo, y la persona es incapaz de hacerlo. Entonces se buscan compulsivamente otras salidas. Uno se frustra tanto por la propia incapacidad de estar a la altura de los “deberías” y los “podrías” del logro que debe encontrarse una sustitución. La compulsión de comprar cosas, cuando se analiza en relación con su significado simbólico, mostrará que representa una codicia. Esto puede provenir de una distorsión del poder de tener y poseer. Puede deberse a una distorsión del amor: “Si no puedo tener amor, quiero tener cosas en su lugar”. La compulsión de comer puede tener raíces similares. Puede ser una sustitución por la frustración de no ser capaz de recibir el placer que uno anhela. La falta de placer es una señal de que la persona ha hecho intentos equivocados de resolver su vida. Cuando se analizan suficientemente los efectos de estos intentos y actitudes distorsionadas, se descubrirá que impedían las cosas mismas que uno quería alcanzar. Una vez que se ve esto, el sustituto con su naturaleza imperiosa disminuirá en el grado en que uno entienda la causa y el efecto internos.

Aun si la explicación general y los ejemplos que cito aquí se aplicaran a una persona específica, esto en realidad no ayudará. La persona tiene que encontrar la causa de la adicción experimentándola como su propio reconocimiento, como si fuera enteramente nueva y diferente de la explicación dada. Entonces, y sólo entonces, será beneficiosa.

PREGUNTA: ¿Cuál es la explicación psicológica de que una persona se aficione a las drogas?

RESPUESTA: De nuevo, no puedo ir más allá de una explicación muy general. Cada caso puede ser diferente. Lo único que puedo decir aquí es que la vida se vuelve tan difícil

—no porque la vida sea de hecho tan difícil, sino por los problemas internos que desgarran a la persona—, que la enajenación de sí mismo aumenta constantemente, y por lo tanto la realidad se vuelve no sólo más fea, sino también más remota. El dolor de la ilusión se vuelve insoportable. Todo esto produce más escapes deliberados, como la drogadicción, o el alcoholismo, o la psicosis, u otras medidas. Las adicciones también suelen estar motivadas por la imperiosa ansia de amor, placer y éxtasis. Así llega a existir otro de estos círculos viciosos. Cuanto más se aleja uno del ser real, menos posible es el placer y, por lo tanto, mayor el anhelo de él. Entonces se busca un atajo o una sustitución en estas sustancias.

PREGUNTA: Estamos rodeados de formas de pensamiento de distinta cualidad y fuerza. ¿De qué manera interactúan con nuestros diferentes seres?

RESPUESTA: Las formas de pensamiento y sentimiento negativas o distorsionadas que emanan de otros afectarán tus niveles correspondientes en los que también albergas distorsiones. Las formas de pensamiento y sentimiento que emanan del ser real afectarán al ser real de la otra persona. En ninguna circunstancia eres presa de las formas distorsionadas de otros porque, si verdaderamente buscas dentro de ti, estos efectos te ayudarán a sacar a la luz tus propias distorsiones, de manera que puedas darte cuenta de ellas y aprendas a hacerles frente resolviendo los problemas subyacentes.

En lo que se refiere al efecto de tus propias formas de pensamiento y sentimiento sobre ti mismo, sería engañoso decir que te causan sufrimiento. Son el producto de tus propios conflictos y de las soluciones falsas que buscas. El que estos conflictos y soluciones equivocadas produzcan formas correspondientes es un asunto incidental. No debes pensar que las formas de pensamiento son las que interfieren. Existen, pero la interferencia real proviene de la actitud equivocada. Tus formas de pensamiento

distorsionadas, o las de otras personas, sólo pueden hacer aflorar tus problemas subyacentes... y esto es bueno.

Bendigo a cada uno de ustedes. Que estas palabras de nuevo les den material no sólo de reflexión, sino de percepción y comprensión. Que puedan dar así un paso más hacia la luz y la libertad: la luz y la libertad que pueden ser suyos, si la tiranía y el orgullo de su imagen idealizada se debilitan con este trabajo. Continúen en este camino de felicidad. Adquieran más y más fuerza, y que nuestras bendiciones y amor les ayuden a fortalecerse. Sean benditos, queridos míos. ¡Queden en paz, queden con Dios!



CONFERENCIA ORIGINAL:
Dictada el 28 de abril de 1961.

EDICIÓN EN INGLÉS:
Love, Power, Serenity As Divine Attributes And As Distorsions.
1996

TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL:
Margarita Montero Zubillaga.
2013

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.