

---

CONFERENCIAS DEL GUÍA

123

La liberación y la paz por  
medio de la superación  
del miedo a lo desconocido



PATHWORK  
DE MÉXICO

## La liberación y la paz por medio de la superación del miedo a lo desconocido



SALUDOS, MIS AMADOS AMIGOS. Bendiciones para cada uno de ustedes. Benditos sean todos sus esfuerzos de autodesarrollo, liberación y autorrealización.

Uno de los predicamentos humanos fundamentales es la lucha para superar la dualidad entre la vida y la muerte. De este predicamento básico se derivan todos los demás problemas, dificultades, miedos y tensiones con los que tienen que contender. Independientemente de que esto se manifieste directamente como miedo a la muerte, al envejecimiento o a lo desconocido, siempre se trata del miedo al paso del tiempo. Todas son manifestaciones del mismo miedo básico.

A fin de mitigar estos miedos, la humanidad ha creado conceptos filosóficos, espirituales y religiosos. Pero los conceptos, aun si son resultado de los intentos de un individuo de transmitir una experiencia verdadera, no aliviarán la tensión real. La única manera de vencer verdaderamente el miedo y reconciliar la gran dualidad es ahondar en el primer desconocido al que tanto temen: su propia psique.

Esto suena más sencillo de lo que es. Explorar los rincones desconocidos de la propia mente no es en modo alguno sólo una cuestión de resolver dualidades. Hay muchos que siguen

fervientemente un camino de autoexploración, y sin embargo rehúyen ciertas facetas de su ser más íntimo. La tensión y la perturbación se explican entonces con una facilidad sospechosa. Estas personas pueden incluso haber hecho progresos considerables y resuelto ciertos conflictos interiores, pero siguen desconociendo grandes áreas de su psique.

En el grado en que desconozcan lo que pasa dentro de ustedes, temerán el paso del tiempo y al “gran desconocido”. Cuando uno es joven puede aliviar estos miedos. Pero tarde o temprano todos los seres humanos se verán confrontados más directamente con el miedo a la muerte. Quiero hacer hincapié en esto otra vez: en el grado en que se conocen, en ese grado realizan su vida, a ustedes mismos y su potencial latente. Y en ese grado, no temerán la muerte sino que la experimentarán como un suceso orgánico. Lo desconocido ya no representará una amenaza.

El camino del autodescubrimiento encarna esta lucha, amigos míos. Las vías de escape, incluso dentro del marco de este Pathwork, son demasiadas para enumerarlas. Sólo mediante su voluntad incesante de ver, de evaluar, de comprender y de unificarse a través de una honradez implacable tendrán éxito al final.

Uno de los principales obstáculos para vencer el miedo a la muerte es el miedo de derribar las barreras que los separan del sexo opuesto. Mientras estas barreras existan, el miedo a la muerte se manifestará con la misma fuerza. Existe una conexión muy directa entre estos tres factores: miedo al propio inconsciente, miedo al amor con el sexo opuesto y miedo a la muerte. Empiezan a darse cuenta de la conexión entre los dos primeros, pero la tercera parte de la tríada puede ser aún una idea novedosa. Sin embargo, dejará de ser una teoría llamativa una vez que ustedes mismos experimenten la conexión, en un esfuerzo de comprenderse a sí mismos. Entonces conocerán la verdad de estas palabras.

La autorrealización depende de que se realicen como varón o como mujer, respectivamente. A final de cuentas, no pueden

realizarse sin derribar la barrera entre ustedes y el sexo opuesto, para convertirse así en un varón o una mujer verdaderos. Desde luego, existen también otros aspectos de la autorrealización. Pueden desconocer ciertos potenciales que poseen: sus talentos, su fuerza, sus buenas cualidades inherentes, como su valor y su inventiva, su amplitud de mente, su creatividad. No obstante, ninguno de éstos podrá desarrollarse en su esplendor inherente a menos que el varón verdaderamente se convierta en varón, y la mujer, en mujer. La autorrealización que tiene lugar mientras persista la barrera a la unión con una pareja podrá ser sólo parcial y condicional. Esta barrera indica un obstáculo a áreas dentro del ser que evitan explorar y entender. Indica también una resistencia a convertirse en un individuo adulto y una insistencia en conservar una infancia artificial. Este estado parasitario cuidadosamente nutrido impide la liberación por medio de la superación del miedo que es producto de la dualidad.

Cuando toda la resistencia a las áreas desconocidas dentro de ustedes se ha desvanecido de modo que ya no tienen miedo de sí mismos, se vuelve imposible que teman a otros seres humanos, incluidos los del sexo opuesto. Una gran libertad y confianza interiores, nacidas de una actitud objetiva y realista, liberan el fuerte control que impide que fluyan al estado de ser. Cuando se realizan, ya no existe una barrera, ya no se aferran por el miedo a lo desconocido, sin confiar en su ser o el de otro. El mismo aferramiento les impide entrar en la corriente cósmica de la eternidad que experimentan en la unión dichosa con una pareja, y que experimentan también en la gran dicha de lo que llaman muerte.

La muerte tiene muchos rostros. Los que tienen miedo y se aferran con fuerza al pequeño ser pueden experimentar la muerte como un aislamiento y una separación terribles, pero para los que no tienen miedo de vivir plenamente, de tender lazos y de dejar de preservar al pequeño ser, la muerte es la gloria que la unión en esta Tierra puede ser ¡y más! Por lo tanto, la lucha de la autorrealización, a fin de cuentas, debe significar:

en primer lugar, la remoción de las barreras entre su conciencia y las áreas ocultas de su psique. Estas áreas ocultas no siempre están tapadas ni son siempre inconscientes; a menudo están delante de sus ojos si tan sólo eligen mirarlas. En segundo lugar, la remoción de las barreras entre ustedes y su contraparte, quienquiera que sean él o ella en una fase dada. Y la tercera barrera está entre ustedes y la corriente cósmica. Adondequiera que los lleve esta corriente, experimentarán su corrección. Es funcional en esta etapa de su ser, es orgánica. Pero las personas que se temen a sí mismas, al otro, y por lo tanto a la corriente de ser, no confían en el paso del tiempo. Se aferran con el ser pequeño y crean un muro de nubes entre su conciencia superior y su conciencia momentánea.

Los tres obstáculos básicos son el orgullo, el voluntarismo y el miedo. Todos los defectos, los problemas, las confusiones, las distorsiones, los conflictos y los errores conceptuales se derivan del orgullo, el voluntarismo y el miedo en una u otra forma. La misma tríada constituye las barreras a las tres vías de la autoexpansión. Veamos esto más de cerca.

Tomemos primero la barrera entre lo consciente y lo inconsciente: el orgullo. Éste cierra el camino porque podría no gustarles lo que encuentren si se aventuran a entrar en lo desconocido dentro de ustedes. Puede no ser halagüeño ni compatible con su autoimagen idealizada. Aun si su hallazgo no resulta ser negativo, ustedes temen que así sea. La importancia de ser admirados los lleva a adoptar las normas y los valores de otros, cuya aprobación buscan. Esto crea un bloqueo de orgullo, un muro, una nube que impide la percepción interior.

El voluntarismo provoca el temor de que lo que encuentren pueda forzarlos a hacer algo que su pequeño ego no desea hacer, o a renunciar a algo que éste no está dispuesto a soltar. El voluntarismo quiere que el ego pequeño tenga el control, para que puedan aferrarse a lo conocido.

El miedo cierra el camino cuando tanto el orgullo como el voluntarismo indican una falta de confianza; entonces les hace

creer que no hay que confiar en la realidad final. La realidad cósmica está arraigada en su inconsciente profundo como la corriente de los eventos cósmicos. Si entran en esta corriente, verán que es benigna y que les traerá felicidad, satisfacción y significado. Desconfiar de esta corriente y, por lo tanto, aferrarse a lo que conocen, con la creencia de que podría irles mejor que si aprovechan la oportunidad de entrar en lo desconocido, crea muros de miedo. Este miedo es lo que bloquea el pleno autorreconocimiento.

La tríada de orgullo, voluntarismo y miedo también se aplica a la barrera entre el ser y una pareja. El orgullo entra porque, sean varones o mujeres, temen la aparente impotencia —y por lo tanto vergüenza— de entregarse a una fuerza más grande que su ego pequeño. El amor entre los sexos es una experiencia que enseña humildad, y es, por lo tanto, la enemiga del orgullo. Su orgullo quiere dirigir y controlar; no desea entregarse a ninguna fuerza, aun si esta fuerza es muy deseable. Aun cuando ustedes y todo el resto del mundo van por la vida deseando amar, bloquean este amor y encuentran maneras de transigir con las direcciones contradictorias de su alma. La fuerza que los impulsa al amor es muy grande, pues se deriva de su naturaleza más íntima. El impulso que se deriva del orgullo, del voluntarismo y del miedo los aleja del amor.

El voluntarismo se opone al amor porque quiere todo el control; no puede rendirse. Les parece —equivocadamente, desde luego— que sólo cuando obedecen al ser pequeño y están gobernados por él están a salvo. Se hallan bajo el miedo infundado de que entregarse a la fuerza del amor es lo mismo que la codicia imprudente y necia, la irracionalidad y la falta de realismo. No es así. El realismo, la objetividad, la capacidad de soltar y la voluntad valiente de entrar en el amor no son sólo compatibles sino interdependientes. Ustedes bloquean la experiencia por miedo a perder su dignidad —es decir, su orgullo— y su individualidad —es decir, su voluntarismo— cuando, en realidad, la verdadera dignidad e individualidad sólo pueden obtenerse renunciando al orgullo y al voluntarismo.

El miedo de perder la seguridad y la propia vida no es tan diferente del miedo que bloquea la dichosa experiencia de olvidarse de sí mismo en la unión con una pareja. Algunos de ustedes han podido sentir la similitud, por lo menos ocasionalmente.

La tríada de orgullo, voluntarismo y miedo también influye en la actitud de uno hacia la muerte. A final de cuentas, morir significa renunciar a la autodirección, y esta renuncia, por extraño que parezca, parece humillante. A fin de evitar la verdad aleccionadora de que el ser pequeño no es todopoderoso, se aferran a él con su orgullo y su voluntarismo, y por ende crean olas de miedo cada vez más fuertes.

A fin de resolver esta dualidad errónea, sobre todo el conflicto entre renunciar al ser y estar en plena posesión de él, me gustaría presentar lo que podría parecer una paradoja: ¿Se encuentran en un proceso tan laborioso de autorrealización sólo para ser capaces de rendirse a la unión con el otro sexo y a la muerte? La verdad es que no pueden rendirse a lo que no han encontrado, pues no pueden soltar libremente algo que jamás han poseído en realidad. Sólo cuando puedan renunciar libremente a su individualidad podrán obtener más individualidad.

Ahora bien, si la muerte o el morir puede ser una experiencia tan dichosa, ¿por qué se le percibe de una manera tan oscura? ¿Por qué no existe un instinto de muerte, un anhelo de muerte, como, por ejemplo, el fuerte instinto de perderse en el amor? ¿Por qué debe enfrentarse la muerte sin la ayuda de impulsos instintivos, y por qué se esfuerzan tanto los humanos para superar la barrera de la muerte? Podrían preguntar, ¿por qué nosotros, en esta Tierra, nos esforzamos tanto para superar la barrera del miedo? A primera vista, estas preguntas parecen justificadas y lógicas, pero si las miran más de cerca, entenderán que las cosas deben ser como son. Verán, amigos míos, sería muy fácil desear la muerte porque no pueden lidiar con la vida cuando es dolorosa e insatisfactoria. En este estado de terror inconcluso, ignorante y ciego se escaparían demasiado

fácilmente a la muerte, aunque, en este caso, la muerte no sería muy distinta de la vida, ya que ambas son intrínsecamente iguales. Para evitar este escape tan destructivo, el instinto de vida debe ser muy fuerte. Y puede operar sólo mientras la muerte sea lo desconocido. No hay palabras que puedan quitarles el miedo a lo desconocido, así que su instinto de vida puede impedirles elegir la muerte por motivos negativos y destructivos. Esto refuerza el vigor para tratar y tratar de nuevo, hasta que la vida finalmente se domine por medio de la comprensión del ser, y por ende del universo. Sólo con este esfuerzo les llegará al fin la comprensión interior de que la muerte no debe temerse, o de que se le teme en la misma proporción al miedo aún existente de vivir y amar. De esta forma, la fuerte división entre la vida y la muerte, su oposición ilusoria, empieza a borrarse. La verdadera comprensión de estas palabras llega sólo cuando la vida deja de ser una amenaza y ya no es necesario huir de ella para que el instinto de vida deje de oponerse al instinto de muerte; éstos serán una y la misma cosa. Entonces no necesitarán apresurarse ni refrenarse.

Si examinan sus actitudes conscientes e inconscientes hacia el paso del tiempo, hacia la vida y la muerte, verán que son idénticas entre sí y a sus actitudes más íntimas y ocultas hacia el amor, independientemente de sus deseos conscientes y sanos. Descubrirán que el miedo a lo desconocido desempeña un papel en todas estas actitudes. Descubrirán también que fluctúan constantemente entre su esfuerzo por detener el tiempo en un movimiento lleno de miedo, y apresurarse porque no pueden tolerar el momento. Muy rara vez están en armonía con la corriente cósmica de su vida, su individualidad. Esto es lo que significa realmente estar en paz con uno mismo, estar en armonía con Dios: no refrenarse, no empujar, sino disolverse en la corriente de la vida, en plena posesión de ustedes mismos, pero sin el miedo de renunciar a poseer su ser. Ésta es la gran experiencia que tienen la bendición y el privilegio de tener cuando encuentran a su pareja. Y esto, a final de cuentas, será la experiencia de entrar en una forma nueva de conciencia.



La clave de todo esto reside en el autodescubrimiento en los muchos niveles que todavía rehúyen. Cuando evitan ver partes de ustedes mismos, no pueden evitar proyectarse hacia fuera, hacia otros y hacia la vida exterior que parece una aterradora autoconfrontación. Por lo tanto, la proyección no puede producir paz y liberación, no importa cuánta satisfacción precaria y temporal parezca ofrecer. Siempre encuentran razones y excusas fuera de ustedes para eludir lo que más necesita ser enfrentado. Esto se aplica a todos mis amigos, al menos ocasionalmente.

Pero todos ustedes también hacen progresos, y cada pasito en la dirección correcta finalmente disolverá las nubes, las barreras, entre ustedes y esta conciencia superior, la corriente eterna. Esta conciencia los provee de toda la sabiduría, la verdad y la corrección que necesitan para su vida cotidiana. Algunos de ustedes han accedido ocasionalmente a esta fuente y la han experimentado, sólo para perderla otra vez. Cuando establezcan contacto con esta fuente interior de paz, verdad y dicha, entenderán profundamente el significado de la Creación.

La verdad es como el Sol, alrededor del cual giran todos los planetas mientras él permanece constante y brillante, aunque muchas veces lo cubran las nubes. Estas últimas son su orgullo, su voluntarismo y su miedo, su ignorancia y su deseo de detener o apresurar el tiempo. Pero en los momentos en que perciben su verdad —aunque sea banal o aparentemente insignificante en términos del desarrollo cósmico— las nubes se dispersan y el cálido sol de su conciencia superior los regenera con fuerza y bienestar, con alegría y paz. El sol dentro de ustedes está siempre dispuesto a calentarlos y vivificarlos, pero ustedes, queridos míos, deben superar muchas más cosas. Entonces todos los miedos, todo el orgullo y el voluntarismo se disiparán. Decir que esto ya ha sucedido no hará que suceda. Si así fuera, muchas de sus reacciones, sentimientos y expresiones, así como el efecto que tienen ustedes en otros y ellos en ustedes sería drásticamente diferente.

Éste no es un tema fácil de entender. Necesita algo más que tratar de comprender con la mente, lo que, en sí, serviría de poco. Necesita la comprensión más aguda de su ser, lo que sólo puede suceder cuando examinan los sentimientos que los apartan de la felicidad en este momento. Si contemplan sus deseos, sus miedos y sus necesidades, sus aprensiones y reacciones — correctas o equivocadas — en este y en todo momento, encontrarán el eterno ahora. En él pueden vivir sin miedo, con una confianza legítima en lo desconocido. No tienen que volverse perfectos; son perfectos, en cierto sentido, cuando pueden serenamente enfrentar, reconocer y aceptar su actual imperfección.

Cuando ya no luchan contra su ser, y se despojen así de su orgullo y su fingimiento, y estén dispuestos a cambiar, eliminando así su voluntarismo, con todos los miedos de su ser, de otros, de la vida, del amor y de la muerte, todos éstos se evaporarán como el hielo bajo el Sol.

¿Tienen preguntas que hacerme?

PREGUNTA: ¿Qué puede decirnos de la persona que no tiene miedo de morir, pero sí de la muerte de sus seres amados? En otras palabras, ¿el miedo a la muerte puede ser por otras personas?

RESPUESTA: Esto puede ser fácilmente una proyección. También puede ser una inversión del miedo a la vida. Si uno teme la vida, otras personas pueden representar la seguridad que uno siente que le falta. Uno puede tener miedo de la soledad, de la falta de una protección real o irracional, que vienen con la muerte de otros. Sólo porque no se confrontan estas consideraciones, por vergüenza de que uno pueda dolerse del deceso de otros no tanto por amor sino por una preocupación por uno mismo, el miedo se vuelve cada vez más persistente y perturbador. Si tienes el valor de ver todas estas emociones posibles, después de superar la renuencia inicial, el miedo a la muerte de otros disminuirá; el aspecto amargo y aterrador de ella

desaparecerá, y entonces podrás explorar las causas de tu propia impotencia. Conectar el miedo, u otras emociones negativas, a donde verdaderamente pertenecen en vez de experimentarlas en un desplazamiento, siempre será un alivio.

Pero apenas entonces comienza el trabajo: descubrir por qué teme uno tanto la vida que tiene que aferrarse a otros; por qué no emplea uno sus facultades innatas para vivir plenamente y dejar de tenerle miedo a la vida o a la muerte. Si tienes miedo de la vida, inevitablemente tendrás miedo a la muerte, ya sea que la experimentes conscientemente en incidentes en los que tu vida está, o parece estar, en peligro, o que temas la pérdida de otros. El miedo de lidiar con la vida puede manifestarse como el miedo a la pérdida de un ser amado, o como el miedo de perder la propia vida. La muerte inminente de otros desencadena el recordatorio de que un día la muerte también llegará al ser. Pero este miedo es todavía tan vago que uno lo experimenta sólo a través de la otra persona. Sólo cuando ocurre una confrontación real puede uno determinar si tiene o no miedo de morir.

Esta proyección se aplica tanto al miedo de vivir solo como al miedo de la propia muerte. Ambas cosas indican la misma cosa.

Todo esto tendría que investigarse. Siempre que exista el miedo a la vida o a confrontar cierto problema, te sentirás turbado por el miedo a la muerte de una forma o de otra. Muchas veces, la raíz real —en qué sentido existe el miedo al ser y a la vida— no puede reconocerse de inmediato. Tal vez se manifieste sólo por sus síntomas, y uno tiene que buscarlos e investigarlos. Tomemos, por ejemplo, tu actitud hacia este Pathwork, profesada y real; tu actitud hacia el sexo opuesto —de nuevo, profesada y real—, tu reacción a las actuales circunstancias de tu vida; tienes que considerar todo esto con un espíritu penetrante de veracidad. Cuando puedas determinar un miedo, o, para

usar un término más psicológico, una resistencia a tu ser más íntimo, ten la seguridad de que el miedo a la muerte debe de existir en la misma medida. Y también el miedo al amor, a dejarte ir en esta gran experiencia. Encuéntralo; velo en ti mismo, y habrás conquistado mucho.

Desde luego, estas palabras van dirigidas a todos.

También es importante que noten que con frecuencia se engañan a este respecto porque en su vida de fantasía estos miedos no existen. Puedes negar la existencia de los miedos de amar y de rendirte porque estás muy consciente de que deseas ardientemente esta satisfacción y puedes experimentarla sin inhibiciones en la fantasía. Entonces crees que hay razones externas que explican su incapacidad de hacer realidad esta vida de fantasía, y que estas razones no tienen nada que ver con ustedes. Pero si no pueden volver realidad esta vida de fantasía, debe de haber una corriente contraria de miedo en ustedes que impide la experiencia. Encontrarla, sacarla de su escondite, es muy importante. Éste es un gran paso adelante en comparación con la creencia de que uno no tiene obstrucciones, mientras que éstas siguen existiendo “bajo tierra”.

Por medio de esta conferencia les he dado varias vías para explorar el estado actual de su alma en relación con la vida, el amor y la muerte. Les mostré que la convicción y el sentimiento conscientes acerca de estas tres grandes fuerzas puede ser sólo un lado: el otro es aplicar la conciencia para unificar las fuerzas opuestas. Les mostré los diversos síntomas por los que pueden detectarse las fuerzas ocultas y opuestas. Descubrirlos es de suma importancia y puede sacarlos de un cuello de botella temporal en su trabajo.

PREGUNTA: ¿El miedo de quedarse solo explica también el miedo de perder a los seres queridos?

RESPUESTA: Sí, es lo que dije antes. La inseguridad, el miedo de tener que enfrentarse a la vida solos; de ahí el miedo a

la vida en su forma pura, una vez que se desmenuza y se analiza.

Allí donde hay miedo a la vida, inevitablemente hay miedo al amor y a la muerte. Cuando uno de estos miedos existe, los otros dos deben de existir también. Cuando estableces este vínculo dentro de ti mismo, experimentas el crecimiento, la liberación, la fuerza, la confianza. No puede ser de otro modo.

Bendiciones para cada uno de ustedes. No se desesperen, amigos míos, cuando sientan las barreras de las que hablé esta noche. Se derriban más eficazmente mediante la conciencia de que existen que por medio de la ignorancia. Por favor, sepan y entiendan esta importante verdad. Experimentenla y háganla propia, y se regocijarán. Sean benditos en esta nueva conciencia, cada uno de ustedes. ¡Queden en paz, queden con ustedes mismos, y por lo tanto con Dios!



CONFERENCIA ORIGINAL:  
Dictada el 3 de abril de 1964.

Edición En Inglés:  
*Liberation And Peace By Overcoming Fear Of The Unknown.*  
1996

TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL:  
Margarita Montero Zubillaga.  
2016

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.