
CONFERENCIAS DEL GUÍA

153

La naturaleza
autorreguladora de los
procesos involuntarios



PATHWORK
DE MÉXICO

La naturaleza autorreguladora de los procesos involuntarios



SALUDOS, MIS MUY QUERIDOS AMIGOS. Que de nuevo encuentren bendiciones por medio de la ayuda, la fuerza y la iluminación que estas conferencias les dan. Esta última conferencia de la estación será un resumen y también arrojará luz sobre el siguiente paso que necesitan dar; si no de inmediato, por lo menos como preparación para entender hacia dónde van y por qué están atorados en ciertos sentidos. Al tiempo que redondearemos la estación que acabamos de terminar, esta conferencia también anticipará el trabajo que habremos de hacer en nuestra siguiente temporada. El intento de entender —no sólo con la mente, sino también con el corazón— hará mucho más fácil lo que ha de venir en su camino al autodescubrimiento.

Resumamos otra vez, y tal vez con un enfoque distinto, el significado de la autorrealización: ésta significa sacar a la realidad todos los potenciales latentes. Significa integrar el ego con procesos todavía involuntarios. El ego consiste en la facultad exterior de razonamiento y la facultad de la voluntad. Los procesos involuntarios comprenden los sentimientos, la intuición y, lo que es más, ciertas manifestaciones que operan de acuerdo con los fundamentos más significativos y legítimos de la vida. Aquel que no se ha acercado al umbral de la autorrealización no puede entender la maravilla y la belleza de esta parte de la creación.

La perenne batalla humana se aferra a las facultades egoicas exteriores debido a un miedo desesperado de los procesos involuntarios. Ustedes temen todo lo que se relaciona con ellos, consciente o inconscientemente, o ambos. Tienen miedo de la espontaneidad de sus sentimientos. Pueden ignorar este hecho porque creen que algo es un sentimiento cuando simplemente registran una sensación o una reacción a su entorno. Algo que no es espontáneo e involuntario, algo que es directa y no indirectamente gobernable por los procesos del ego, no puede llamarse apropiadamente un sentimiento.

¿Por qué temen los humanos los procesos involuntarios? ¿Por qué, de hecho, suelen tenerles más miedo que a prácticamente todo lo demás de la vida, cuando lo mejor de ésta es resultado del proceso creativo involuntario? Nada que valga la pena en realidad, que sea significativo y pleno, de un valor duradero, puede ser jamás un producto de la función del ego, del control directo de ego. ¿Por qué se inclina tanto la humanidad a destruir, dominar, negar y manipular la vida creativa —es decir, los procesos involuntarios— y a reemplazarlos con las facultades del ego? Estas facultades egoicas son mucho menos adecuadas, mucho menos sabias, ingeniosas o creativas. No son sino partículas separadas de la conciencia mayor, que opera por medio de las funciones involuntarias.

Antes de responder a esta pregunta, permítanme señalar —también por el beneficio de algunos amigos nuevos que están aquí por primera vez— que el ejercicio excesivo del control del ego y la negación de los procesos involuntarios crean un tremendo desequilibrio en la personalidad. En un grado mayor o menor, dependiendo de la medida en que el ego controle la vida creativa interior, crea enfermedades o — si uno prefiere la expresión— neurosis. Las personas parten de la premisa — muchas veces muy conscientemente, o por lo menos semiconscientemente, pero nunca completamente de manera inconsciente— que cuanto más sanas quieren ser, más control deben ejercer sobre sus procesos involuntarios. Este error conceptual las lleva a actuar en una dirección contraria al

equilibrio interior; a la realización de sus mejores potenciales, al enriquecimiento de la vida en todos los niveles de su ser, al bienestar sano. Si han de alcanzar todo eso, deben invertir la dirección.

Cuanto más se inclinen a controlar excesivamente y a dominar los procesos involuntarios internos, y cuanto más temen estos últimos, más conflictos tendrán, más infelices se sentirán y más vacía será su vida. De hecho, se convierten en un cascarón superficial y sin vida, unido por guardias rígidos a los que no se atreven siquiera a renunciar. Se meten en un círculo vicioso: cuanto más presionen en la dirección equivocada, más se perderán ustedes y su vida. Más problemática se volverá su existencia y menos capaces serán de lidiar con ella. Como creen que esto es resultado de un ego insuficiente, tratan de aumentarlo en vez de disminuirlo, y así se meten más profundamente en el círculo vicioso. La única manera de invertirlo, como lo mencioné, es soltar la rígida vigilancia que excluye toda la vida creativa interior y usar las facultades del ego de otra manera, que explicaré a continuación.

Las funciones involuntarias, que deben ser convocadas, operan en todo momento. Regresando a la pregunta de por qué los humanos temen los procesos involuntarios, tenemos que considerar esto en dos niveles fundamentales. Cuando las personas están metidas en el círculo vicioso, es porque basan ciertas suposiciones sobre la vida y su relación con ella en ideas falsas. Estas ideas suelen ser inconscientes y forman las imágenes de las que hemos hablado. Los errores conceptuales, profundamente alojados en la sustancia del alma, obligan a las personas a actuar con base en estas premisas. Como las premisas son falsas, las acciones y emociones consecuentes tienden a ser destructivas y están orientadas a defenderse de algo que no existe. Por ende, los resultados son contrarios a lo que las personas realmente quieren. En suma, actúan contra sus intereses.

La sustancia del alma es una fuerza motora de energía, de un poder infinitamente mayor de lo que ni siquiera son capaces de

imaginar. Cuando un individuo tiene el impulso de actuar de acuerdo con las imágenes, el poder se emplea negativamente. Cuando ya no tienen ilusiones ni conceptos erróneos —y, por lo tanto, están en contacto con su ser real, con un nivel de la realidad cósmica— el poder que opera es constructivo y positivo. Este poder está tan cargado que cualquier cosa puede moldearse con él. Es la fuerza creativa misma. Pero es neutral en el sentido de que sólo puede usarse, o fluir, en la dirección en que la mente, con sus conceptos, determina. Así, el poder opera automáticamente. Parece como si esto sucediera por sí mismo. De esta manera, las ideas arraigadas funcionan como la fuerza motora del poder, y las ideas se vuelven autopropagantes. Encuentran su manifestación exterior en los sucesos que las ideas crean.

Las personas que todavía no saben bien a bien en qué creen realmente, y tampoco conocen las leyes de la vida, ignoran estas conexiones y creen que los sucesos no tienen nada que ver con sus ideas,

Ignoran el poder creativo que tienen y el hecho de que está establecido para que en realidad funcione negativamente. Un camino como el nuestro tiene el propósito de sacar a la luz las ideas y las imágenes inconscientes. Para empezar, son verdaderamente inconscientes. Pero una vez que descubran que alojan en lo más profundo de su ser ecuaciones y suposiciones completamente contrarias a sus razones conscientes y a su inteligencia, empezarán a percibir que han instituido, por medio de las suposiciones erróneas que influyen en la energía vital creativa, procesos involuntarios que son destructivos. Como la energía atrapada en las imágenes funciona de acuerdo con las suposiciones de éstas, el proceso inconsciente e involuntario es destructivo.

La mente consciente es un instrumento de las percepciones y conexiones involuntarias que realmente existen, pero puede traducirlas sólo brumosamente. Cuanto más consciente se vuelve una persona de los procesos internos, hasta ahora inconscientes, con mayor precisión entiende los “mensajes”

que le llegan. Cuando el individuo sigue estando dirigido por imágenes inconscientes —y, por ende, también por los procesos involuntarios negativamente operantes— no puede si no tenerles miedo. Así pues, en un nivel, el miedo se explica por el hecho de que gran parte de sus procesos involuntarios los llevan a una experiencia negativa, debido a la presencia de ideas falsas inconscientes. Temen las fuerzas involuntarias autoperpetuantes. No pueden explicarse por qué. Ignoran que estas fuerzas son sólo peligrosas o negativas porque operan de acuerdo con sus propias ideas. Ignoran que una vez que las ideas se ponen en tela de juicio y se descubre que son falsas, pueden confiar en el mismo poder autooperante. En lugar de ello, su solución es no confiar jamás en ningún proceso involuntario y protegerse de ellos mediante una vigilancia estricta, empleando sus facultades egoicas. Además, ignoran lo dañina que es esta “solución”. De hecho, la persona promedio no tiene idea de lo que hace ni por qué.

Las personas que siguen un camino de autoconfrontación descubren sus suposiciones arraigadas y hasta el momento inconscientes acerca de aspectos importantes de la vida. Gradualmente empiezan a disolver las imágenes mediante el reconocimiento y la grabación de ideas verdaderas en la sustancia del alma. Empiezan a observar el poder de las imágenes, la energía que entrañan y la naturaleza automática e involuntaria de estas energías. Poco a poco, por medio de la comprensión y la observación, pueden restablecer las suposiciones correctas. Entonces éstas empezarán a operar constructivamente para ustedes. Proceden a activar nuevas corrientes de energía que funcionan de acuerdo con una ley más vasta. Nunca necesitan temerlas.

No obstante, cuando esto empiece a suceder, amigos míos, cuando las imágenes se hayan encontrado y disuelto hasta cierto grado —cuando la autoaceptación y la observación traigan una nueva comprensión y armonía a su vida interna— todavía, en este punto, se encuentran temerosos de los procesos involuntarios. En esta coyuntura pueden haber llegado

a la comprensión teórica de que los procesos involuntarios no tienen que ser destructivos, que lo son sólo de acuerdo con sus errores conceptuales ocultos. Sin embargo, en realidad, siguen teniendo miedo de las fuerzas autoperpetuantes e involuntarias. Todavía creen que necesitan defenderse de ellas. Y esto nos trae al segundo nivel del problema. A fin de ayudarlos a moverse desde este punto, donde está la mayoría de ustedes, amigos míos, las siguientes palabras pueden ser exactamente lo que necesitan, con tal de que trabajen con ellas.

El resumen de este material pasado, enfocado de esta manera específica, era necesario para llevarnos a lo que sigue. El siguiente paso es éste: ¿Cómo pueden empezar a confiar en los procesos involuntarios? ¿Cómo pueden estar seguros de que —aun después de disolver las suposiciones falsas que formaron ciertas imágenes— la energía disponible que fluye libremente no los conduzca al peligro y a la destrucción una vez que suelten el fuerte control del ego? A menos que confíen en los procesos involuntarios, no podrán renunciar al exagerado control del ego y jamás se convencerán de la naturaleza benigna de las fuerzas creativas que los habitan. Los procesos involuntarios productivos y creativos no pueden volverse operantes mientras no los alienten, mientras no los deseen y se entreguen a ellos. Si no sueltan y les permiten suceder y logran que su ser entero desee esto, jamás podrán comprobar la confiabilidad de los procesos involuntarios creativos que contienen todas las almas humanas. Para llegar a este punto, tienen que considerar de una manera nueva por qué pueden confiar en los procesos involuntarios.

Las palabras que diré ahora están concebidas para abrir una comprensión nueva a este respecto. Sé, y espero que todos ustedes sepan, que no basta con sólo escuchar estas palabras. Necesitan ser tomadas muy en serio prestándoles mucha atención con su ser más íntimo, con sus mejores intenciones y voluntad. Ábranse completamente, suelten las defensas que los ponen tan tensos y los llevan a rechazar las ideas nuevas que parecen amenazarlos. Cuando el control del ego es demasiado

tenso, estas palabras pueden, efectivamente, parecer amenazantes. Lo que es una salvación parece su ruina. Han peleado contra esta dirección toda su vida. Ahora se les dice que hagan exactamente lo contrario de lo que pensaban que necesitaban hacer. No pueden imaginar que les funcione.

Ni siquiera a aquellos de ustedes que han estado comprometidos con este Pathwork durante un tiempo y han hecho progresos importantes les resulta fácil cruzar el umbral y alcanzar el estado anímico que confía en lo que hasta ahora era lo más amenazante de todo: los procesos involuntarios de la vida dentro de ustedes. Todos tienen que luchar contra un control egoico demasiado tirante allí donde la razón y la voluntad impiden la entrada a los procesos involuntarios.

Amigos míos, la única manera en que pueden confiar en los procesos involuntarios es dándose cuenta de que se regulan a sí mismos. Funcionan tan perfecta y completamente como muchos de sus procesos biológicos que dan por hechos y en cuya naturaleza autorreguladora jamás se detienen a pensar. Jamás se le ocurriría a nadie querer regular su torrente sanguíneo, su sistema nervioso, su frecuencia cardiaca, el funcionamiento de su hígado o de cualquier otro órgano interno. Los órganos hacen su trabajo perfectamente por sí mismos. No se les ocurriría a ustedes tratar de controlarlos y gobernarlos mediante sus procesos exteriores de razonamiento y su voluntad. Si trataran de hacerlo, sólo se causarían daño. Desperdiciarían su fuerza de voluntad y su energía ejerciendo una presión que, a la larga, afectaría negativamente el buen funcionamiento de su organismo. Toda la energía desperdiciada tiene ese efecto. Éste es el trasfondo de todas las enfermedades físicas. Qué órganos salgan afectados depende de su resistencia física a la enfermedad, de su salud inherente. Las personas nacen con algunos órganos que son más resistentes al abuso. A pesar del abuso, siguen funcionando durante un tiempo considerable. Otros órganos son mucho más delicados y empiezan a agotarse en cuanto la menor cosa anda mal.

Para regresar a esta analogía, el intento de controlar algo que no es conducente al control egoico sólo puede causar desequilibrio, presión, ansiedad y finalmente manifestará efectos negativos. Esto se aplica no sólo al organismo, sino a todos los niveles de la personalidad. Cuando entienden que no tienen que ejercer ninguna fuerza de voluntad, ninguna presión con las facultades de su ego exterior, a fin de que sus funciones biológicas trabajen a su propia y perfecta manera, verán entonces que el mismo proceso se aplica a otros niveles. La autorregulación existe en la naturaleza en todos los aspectos posibles. Sí tienen que usar su ego para nutrir y cultivar hábitos saludables con respecto a su alimentación, su sueño y su ejercicio a fin de mantener las funciones involuntarias autorreguladoras. La tarea del ego es decidir cuidar del organismo para conservar la salud. Sería una locura del ego controlar las funciones que no responden a la presión directa.

Amigos míos, la misma relación existe entre el ego y los procesos involuntarios de la vida emocional, de los procesos creativos interiores, de la dirección que ha de tomar la vida de uno como un todo. Estos procesos involuntarios son tan perfecta y significativamente regulados —de acuerdo con procedimientos legítimos— como los biológicos. Si el ego no interfiere, la autorregulación ocurre sin esfuerzo y en forma natural. De nuevo, el ego tiene un papel que desempeñar. Su tarea es elegir hábitos sanos con respecto a la actividad de la mente, de manera que se establezca la dirección apropiada. Su mente puede alimentar pensamientos perturbadores que alientan emociones destructivas. O su mente puede elegir la honestidad con el ser; puede decidir revelar todos los autoengaños anteriores. Puede desterrar todas las ilusiones que se ha forjado acerca del ser. Puede determinar que el individuo se acepte a sí mismo dónde y cómo es ahora y renuncie a la versión idealizada que trata de imponer. Éstos son hábitos saludables, necesarios para que los procesos involuntarios se vean afectados indirectamente y funcionen de una manera confiable. Entonces, su naturaleza autorreguladora puede revelarse. La tentación de evadir la verdad del ser debe ser tan

rigurosamente superada como la severidad del control del ego. Así es como puede restablecerse el equilibrio en la personalidad.

El cultivo de hábitos mentales saludables escogidos por el ego puede compararse en el nivel físico. Así como el organismo responde favorablemente cuando se le trata de manera constructiva, así también lo hace el nivel donde los sentimientos y la intuición crean las condiciones y las experiencias de vida. Cuando su ego ya no domine los procesos involuntarios, la intuición les dará una seguridad y ayuda nuevas para lidiar con la vida. Los pensamientos les llegarán de los recursos más profundos del plexo solar, en lugar de los procesos de pensamiento volitivos y artificiales que las personas usan cuando hacen un énfasis exagerado en el intelecto. Están acostumbrados a este desequilibrio sin siquiera saber qué hacen y qué pierden de vista.

Sólo cuando hayan experimentado la naturaleza autorreguladora de los procesos involuntarios y éstos se integren a las funciones del ego podrá ser su vida verdaderamente plena y rica. Existirá una libertad nueva para recibir lo que venga de dentro. Uno se vivirá desde dentro, por decirlo así. Ésta es la autorrealización. Entonces uno podrá ver que los procesos involuntarios son, en su funcionamiento sano, tan confiables y autorreguladores como un organismo que funciona saludablemente. Una vida integrada y plena es absolutamente imposible si no se permite que estas facultades involuntarias existan.

¿Cuántas veces, amigos míos, dicen: “Pero si cedo, si suelto el control del ego, ¿qué pasará? Mis sentimientos podrían querer algo que es destructivo o reprobable para mí”. Y yo les digo, una y otra vez, que esto es muy posible. Efectivamente, existen deseos malsanos y emociones negativas. Éstos son el resultado de las distorsiones, las imágenes, los errores conceptuales y los malentendidos de las experiencias dolorosas tempranas. Sin embargo, no tienen que destruir su vida sólo porque ustedes han construido conceptos generales alrededor de estas primeras experiencias. La existencia de estos deseos y emociones no se ve afectada sólo porque reconocen lo que siempre ha estado allí, sólo que nunca lo han admitido. Sólo después de que hayan

reconocido la presencia de material indeseable —deseos y emociones— podrán empezar a experimentar los sentimientos constructivos, también presentes siempre, pero aún profundamente ocultos, y el poder positivo inherente a su naturaleza más profunda. Estos últimos sentimientos tienen, como parte de su existencia misma, la sabiduría autorreguladora, así como las emociones y las suposiciones destructivas se vuelven autorreguladoras en los reflejos automáticos que les imponen.

Una vez que permitan que el material negativo entre plenamente en su conciencia, pronto verán en ustedes el poder del material constructivo. Entonces descubrirán lo que digo todo el tiempo, que tienen aún más miedo del poder positivo que de todos los sentimientos y deseos juntos. Cualquiera que profundice lo suficiente en su camino de autoconfrontación no podrá evitar encontrar esta verdad, no importa lo absurda e ilógica que pueda parecer al principio.

Si tienen miedo de sus fuerzas constructivas es porque ignoran la naturaleza autorreguladora del flujo cósmico que cualquier sentimiento constructivo es. Dejarse llevar por ella parece arriesgado, e incluso peligroso. En esta fase en particular, su miedo vago o quizás claro, una vez que se hace consciente, es: “¿A dónde me conducirá? ¿A dónde voy desde aquí? ¿Qué me llevará a hacer? ¿Perderé mi individualidad, perderé el control?”. Los sentimientos buenos parecen todavía más amenazantes que los negativos con respecto a la pérdida del control y la individualidad.

Puede existir el miedo de que los sentimientos buenos sean dirigidos a alguien que no los merece, que no corresponde del mismo modo, que los rechazará, los lastimará y se aprovechará de ustedes. Éstas pueden ser en verdad objeciones válidas, pero sólo en relación con el objeto del afecto. Nunca justifican la negación de los buenos sentimientos mismos. Si la elección del objeto de su amor es inadecuada, ello se debe precisamente a su inmadurez, su ilusión, su falta de conciencia del ser, y por lo tanto, de otros. Es una fase temporal del crecimiento.

El crecimiento se detiene cuando los sentimientos se detienen. Si permiten al sentimiento funcionar cuando se dan cuenta de que tiene que crecer hasta alcanzar su naturaleza autoconfiable y autorreguladora, con seguridad les producirá satisfacción. La elección de objetos de amor que los dejan insatisfechos y frustrados, o que incluso producen dolor, expresa el estado desgarrado de su dirección interior. Desean el sentimiento y no lo desean; desean la plenitud y le tienen miedo. Precisamente por este estado de conflicto surge una experiencia que parece justificar el miedo de soltar y de confiar en el flujo de los procesos involuntarios, de los sentimientos espontáneos. La experiencia difícil nunca debe tomarse como prueba de que no hay que confiar en los sentimientos. Sólo demuestra la existencia de deseos en conflicto. Resulta de ignorar el hecho de que los sentimientos, la intuición, los pensamientos y la inspiración espontáneos pasan por su ley de crecimiento como cualquier otra parte del organismo humano. Cuando esta parte de la naturaleza humana ha crecido por completo, la cualidad autorreguladora se manifiesta más y más. Entonces puede decirse que la persona está autorrealizada. Entonces vive en el nivel del ser real, donde la vida es totalmente buena.

Pero las personas tienen miedo de rendirse totalmente a los procesos involuntarios, de modo que no pueden descubrir la perfección de la ley de autorregulación. La mayoría de ustedes, tal como son ahora, todavía tienen miedo de soltar, aunque lo anhelan. Tienen miedo y desconfianza, aunque teóricamente entienden la verdad. Pueden reconocer muy claramente la tirantez con la que no quieren soltar. Al consultar su motivo emocional e irracional de por qué todavía se contienen y desconfían de los procesos vitales fluidos y creativos que están en su interior, pueden descubrir el sentimiento de que estos procesos son caóticos y de que sólo su ego es ordenado y seguro. De nuevo, este sentimiento se debe a la ignorancia de la naturaleza autorreguladora de los procesos vitales creativos. El reconocimiento de esto debe ayudarlos a acercarse un paso más a la vida real que se conduce desde dentro de ustedes.

Les ayudará en su transición entender claramente que hay una manera dañina de soltar, una versión distorsionada de ella, así como hay una versión distorsionada y dañina de la disciplina. La autorrealización —que es sacar lo mejor de uno mismo, integrar las funciones del ego con los potenciales altamente creativos que aún están latentes y son involuntarios— sólo puede producirse por medio del constante sopeso y experimentación de una disciplina relajada, alternada con un soltar apropiado. Ninguna de estas actitudes puede ser jamás dañina si se practica de una manera totalmente veraz, por medio de la autorrevelación y la autoconfrontación. Nada peligroso puede suceder jamás, con tal de que renuncien rigurosamente a todas las ilusiones acerca del ser. Ésta es la manera perfecta, en que la disciplina y el soltar traen una armonía que reconcilia estas dos actitudes aparentemente opuestas.

Cuando la disciplina se emplea contra soltar, porque soltar la vigilancia del ego significaría el reconocimiento de hechos que contradicen ilusiones preciadas acerca del ser, la disciplina se convierte en una rígida constricción de los procesos creativos. La personalidad se vuelve tiesa, poco espontánea, vacía de sentimientos reales, atada a reglas y reglamentos, tirante y temerosa. La disciplina se usa contra la verdad, no para la verdad. Esto es lo que convierte en opuestos la disciplina y el soltar. Del mismo modo, soltar se vuelve destructivo cuando se usa para evadir la verdad, cuando es el resultado de la autoindulgencia, de caer en una línea destructiva del menor esfuerzo, conservando actitudes malsanas. Entonces, el soltar aleja del ser y se convierte verdaderamente tan peligroso como el tipo equivocado de disciplina. Ambas distorsiones crean un pesado muro defensivo en la sustancia del alma, pues las dos desean evitar la verdad acerca del ser. Existen una rigidez y una tensión internas que separan a la personalidad del ser real que tiene todas las energías vibrantes, la creatividad de los sentimientos sanos y fuertes, y la suficiente resiliencia para lidiar con lo que sea. En lugar de ello, hay una fragilidad y una necesidad de retirarse, de permanecer temerosamente separados, excesivamente controlados y rígidos.

Cuando la pesadez de la disciplina falsa impone demasiada censura, algunas personalidades se quiebran. La tensión se torna insoportable. Otros tipos de personalidad eligen, como “salida”, la evasión por medio de la indulgencia. Ésta es una ocurrencia frecuente, especialmente en estos tiempos.

A menudo tiene lugar bajo el disfraz y el fingimiento de un soltar real. Cuando la excesiva disciplina ya no funciona, o cuando se le rechaza para empezar, la evasión puede conducir a la drogadicción en una persona; otra podría convertirse en un individuo indeseable. Lo que al principio es sólo una debilidad adquiere dimensiones cada vez más grandes, y se perpetúa hasta que la personalidad verdaderamente se pierde.

La personalidad ya no puede detener el proceso y puede incluso glorificarlo con diferentes etiquetas y pretextos... así como la persona excesivamente disciplinada glorifica su manera de resolver esto.

La persona temerosamente sobrecontrolada y rígida usará el ejemplo del opuesto burdo —la persona débil, autoindulgente, el indeseable, el que niega toda disciplina y toda responsabilidad— como advertencia para justificar su sobrecontrol. Dirán: “Ven, esto es lo que sucede cuando uno no se controla. No puedo darme el lujo de soltar; podría acabar de la misma manera”. Por otra parte, el autoindulgente, el que evade la autohonestidad tanto como la persona sobrecontrolada, defenderá la corrección de ese camino diciendo que la persona rígidamente controlada ha perdido el contacto con la vida. La “solución” autoindulgente no está más en contacto con el ser real que el otro extremo.

Es importante que cada uno de ustedes, amigos míos, estén muy conscientes de este subibaja interno. Dense cuenta de los extremos de la persona sumamente cautelosa, sobrecontrolada, rígida, poco espontánea, insensible, sobrevigilante y la que huye del ser abandonando toda disciplina. El factor cohesivo que vuelve imposible todo peligro, que elimina todas las amenazas, que combina los opuestos aparentes de la disciplina y de soltar es la siempre renovada voluntad de ser veraces con

el ser. Enfrentense a cualquier cosa que sea el ser, den lo mejor de ustedes a la vida: toda su honestidad, integridad y constructividad, toda su atención más sincera. Cuanto más se arraigue esto en ustedes, menos miedo tendrán de soltar y menos necesitarán guardarse contra cualquier cosa. Un ser relajado y espontáneo es uno con el flujo cósmico de la vida.

En el grado en que siga existiendo el miedo a los procesos no volitivos de la vida interior y en el grado en que aún se desconfíe de ellos y se ignore su realidad autorreguladora, existirá el autoengaño. Existirá la voluntad de ser destructivos y negativos, además del deseo de engañar a la vida. Y a la inversa, en el grado en que una persona cultive la actitud de: “Quiero ver la verdad cara a cara, cualquiera que ella sea, en todas las circunstancias y en todo momento, no importa cuál sea la dificultad temporal”, el miedo a la buena vida se desvanecerá. Cuando esta veracidad, este valor y humildad se practiquen y se vuelvan gradualmente automáticos, no hay nada que temer y toda insatisfacción cesa. Cuando digo humildad me refiero a que sepan que no conocen todas las respuestas. No siempre supongan, no digan de prisa: “Es esto o es aquello”. No lo es; e incluso si lo es, hay más que no conocen ahora. Si lo conocieran, estarían en armonía con la vida, no habría angustia, ni amargura, ni miedo, ni vacío.

Cuando cultivan la veracidad, no sólo de vez en cuando, sino todos los días, cuando toman en consideración que pueden estar pasando por alto muchos aspectos de ustedes mismos, incluida su relación con ustedes mismos, con otros y con la vida; cuando se extienden y se expanden en una búsqueda relajada de respuestas que vengan de dentro; cuando usan sus facultades egoicas, sus facultades de la voluntad, su disciplina, para involucrar a su ser real en cualquier cosa que hagan en esta autobúsqueda; por ejemplo, buscar las respuestas a cualquier tema en cuestión, involucrarse constructivamente con atención y honestidad dando siempre lo mejor de sí mismos: cuando cultiven esta disciplina, entonces no tienen por qué temer el soltar. Cuando realmente quieran dar todo lo mejor de su ser a

todo lo que hacen, no tendrán por qué temer los procesos involuntarios, pues entonces se convencerán de la legitimidad profundamente significativa de su naturaleza autorreguladora que se encarga de sí misma. Podrán fluir en la gran corriente cósmica. Detectarán la maravilla de la vida y la maravilla de su ser más íntimo.

Una vez que enfoquen su atención en él, verán hasta qué grado siguen rechazando esta honestidad, esta integridad y, también, el deseo de dar lo mejor y lo más positivo de ustedes a una situación o a un aspecto de la vida. De hecho, precisamente en las áreas de infelicidad existe la voluntad de ser negativos: de engañar, de desafiar, de fingir, de no dar pero sí tomar, de albergar hostilidad y lástima de sí mismos. Su descubrimiento de esta voluntad facilitará enormemente su progreso. Verán que hay una legitimidad aquí que no los hace víctimas inocentes, que no los vuelve impotentes para construir bien su vida. El poder para crear su vida está todo ahí, amigos míos. Es un poder inmenso, una vez que dejan de alejarlo con el control de su ego.

Cuando empiecen a sentir la riqueza y el tesoro que encierran — todos y cada uno de ustedes, amigos míos —, cuando dejen salir esta riqueza, comenzarán a vivir. Sólo entonces comenzarán a vivir. De hecho, esto es posible para todos y cada uno de los seres humanos que estén dispuestos a seguir estos pasos. Encuentren aquello en ustedes donde no sólo se niegan a dar lo mejor de sí, sino que secretamente desean incluso dar lo peor de ustedes, y tendrán una clave. Tendrán una libertad de decisión que jamás antes poseyeron.

Las palabras pronunciadas esta noche, con la condición de que verdaderamente las sientan profundamente y trabajen con ellas, les abrirán una puerta, un umbral a través del cual podrán moverse. Podrán entrar en una vida nueva donde todo sea distinto y vibre con alegría y significado, donde el miedo y el vacío no tengan espacio. Podrán acercarse al umbral a través de su comprensión, pues ésta liberará más fuerza de voluntad en la dirección correcta, más energía, más perspectiva, una

intuición más profunda de lo que podría ser la vida. Esto no es sólo una teoría, sino una experiencia directamente disponible y a su alcance en lo más profundo de ustedes, una vez que restablezcan el equilibrio entre los procesos involuntarios y las funciones del ego.

¡Sean benditos, amigos míos, queden en paz, queden en Dios!



CONFERENCIA ORIGINAL:
Dictada 2 de junio de 1967.

EDICIÓN EN INGLÉS:
The Self-Regulating Nature Of Involuntary Processes.
1996

TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL:
Margarita Montero Zubillaga.
2017

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.