
156

CONFERENCIAS DEL GUÍA

Preguntas y respuestas



PATHWORK
DE MÉXICO

Preguntas y respuestas



POR PETICIÓN GENERAL, presentamos aquí, en forma de conferencia, una parte de la última sesión de Preguntas y Respuestas. Los que asistieron a ella piensan que, debido a la utilidad universal de los temas, debía hacerse una transcripción para ponerla a disposición de los que no pudieron asistir en persona.

Saludos, mis muy amados amigos. Que sus preguntas y mis respuestas a ellas les traigan las bendiciones, la ayuda y la fortaleza que están a su disposición si tan sólo se abren a ellas, si aprovechan las posibilidades que existen para ustedes. Con demasiada frecuencia, los seres humanos sienten que están atados, paralizados, indefensos e incapaces de moverse en espíritu, en su mente, y, por lo tanto, de alguna manera, con su ser físico. Esta pesadez es quizás la barrera más difícil de superar. Una vez que se hacen los primeros intentos y se vence la inercia inicial, ya deja de ser difícil. Es sólo un momento, por decirlo así, de recogerse y soltar algo que parece tenerlos invisiblemente atados. Cuando perciben y se enfrentan a ese momento, declarando que no desean seguir en esa posición, algo puede pasar dentro de ustedes. Tratemos ahora de hacer que ese “algo” suceda. Siempre que se encuentren atorados, pueden desatorarse. A aquellos de ustedes que no puedan hacer

uso de la posibilidad de recibir ayuda, incluso aquí, les resultará más difícil moverse. Esta inercia exige más fuerza de voluntad, más trabajo mental y más actividad significativos.

Pasemos ahora a sus preguntas.

PREGUNTA: Me encuentro topándome con un problema repetitivo, que es el sentimiento de ser inaceptable; especialmente por las chicas. Trabajé con esto en el pasado pero todavía parece ser un sentimiento muy fuerte en mí. Me gustaría tratar de entender el origen de esto. Sé que el papel de mi madre es importante aquí, pero no creo que eso sea todo. Me gustaría llegar al fondo de esto y ver qué es.

RESPUESTA: Tienes mucha razón al decir que no es todo, pero sí empezó cuando eras un niño. Más tarde, cuando dejaste de ser niño, tu reacción a lo que tuvo lugar, al sentimiento de privación e insatisfacción, te hizo retirarte de tus sentimientos y los convertiste en una fuerza negativa. En otras palabras, no es tanto que un rechazo real haya tenido lugar, pero tu malentendido infantil de las condiciones te llevó a interpretarlas como un desprecio personal. Te enojaste mucho por todo ello y querías devolver el golpe a los que parecían haberte frustrado; principalmente la mujer. La madre está representada, desde luego, en todas las mujeres.

En tu trabajo en este camino empiezas a encarar tus imágenes. Es decir, empiezas a ver cómo reaccionas emocionalmente de acuerdo con ellas, experimentas su realidad, te conectas con ellas, lo contrario de antes, cuando éste no era el caso. Ciertas experiencias emocionales salen de las profundidades de tu ser, pero es sólo el comienzo. No quiero decir que tengas que tener más comprensiones diferentes, ni que tengas que enfrentar emociones nuevas y distintas. Es más una cuestión de la experiencia cualitativa de lo que ya sabes como principio. Es el inicio de llegar a ser más intensamente consciente de lo que hay en ti, pues todavía te asusta enfrentar la reacción que tienes al sentirte frustrado y rechazado.

Si te sientes inaceptable para las chicas, es sólo porque no te aceptas a ti mismo. Esto no es sólo porque originalmente sentiste que no eras aceptado por tu madre, sino, sobre todo, por tu reacción a ello. Esto fue —y todavía es— el deseo de lastimar. Es una respuesta, un reflejo automático, y, como tal, es ciego. Esto te hace sentir tan culpable, tan malo e inaceptable que no puedes imaginar que alguien pueda amarte. En esta batalla interna no puedes ganar. Si quieres devolver el golpe a todo el sexo femenino, a todas las “madres” en el mundo entero, por no amarte, como le pareció al niño pequeño. Quieres cobrarles a todas las mujeres el no haber satisfecho tu necesidad. Secretamente sientes el impulso de ser tan malo que debes condenarte a la inactividad, a la retención, a la inmovilidad hacia el mundo, hacia las chicas, hacia tus mejores sentimientos. Aquí es donde estás trabado interiormente en una batalla. Cuanto más hagas frente a estos sentimientos, más les permitirás que lleguen a tu conciencia —sin juzgarte, pero a sabiendas de que son destructivos y entendiendo por qué están allí, así como con la certeza de que no tienen que permanecer en ti— y más pronto los disolverás. Cuanto más atraveses estos sentimientos —no exteriorizándolos sino encarándolos, expresándolos en la manera que has aprendido aquí— más perderás genuinamente el impulso de lastimar. Debe ser de esta manera, porque es lo natural. Si no aplastas a la naturaleza, si no sobreimpones el “buen comportamiento” a un pozo hirviente de enojo, miedo, ansiedad y todo tipo de sentimientos de culpa, conflictos y confusiones —como desear la cercanía y al mismo tiempo temerle, y por lo tanto sintiéndote más privado, más frustrado y enojado— la naturaleza debe de manifestarse en toda su belleza. Cuanto más reprimas las reacciones y confusiones tapándolas, negando su existencia, menos podrás lidiar con ellas y más te enajenarás de tu verdadera naturaleza. A medida que aprendas a atravesar este proceso y a perder gradualmente el miedo de lo que hay en ti, disminuirás la fuerza del impulso a lastimar. Entiendes

que estos impulsos son reflejos condicionados, que no eres fundamentalmente malo ni diferente de otros a causa de ellos.

No puedo hacer demasiado hincapié en la diferencia entre estar *aparentemente* libre de la crueldad, del deseo de lastimar, de la violencia o del ansia de venganza, y estar *genuinamente* libre de esas emociones. Lo primero es un fingimiento. Lo segundo es la verdad. Lo alcanzas en proporción directa a como enfrentas los impulsos mismos acerca de los cuales te sientes más culpable y avergonzado. Entonces ya no te asustará la otra persona porque ya no te asusta tu propia destructividad. Así entras en un círculo benigno. Cuando ya no desees lastimar, ya no darás por sentado que vas a ser rechazado. Por lo tanto, ya no te sentirás enojado y frustrado y, a la larga, empezarás incluso a mostrar tus buenos sentimientos. Cuanto más conectes tu miedo de los otros con el deseo secreto de lastimar, menos existirá este deseo. ¿Entiendes eso?

PREGUNTA: Sí, lo entiendo. Usted parece inferir que tengo sentimientos sádicos hacia las mujeres. Tal vez tenga que hacer frente al sentimiento de inaceptabilidad más de lo que lo he hecho hasta ahora. ¿Es cierto esto?

RESPUESTA: Yo lo diría así: Cuando puedas enfrentar plenamente los sentimientos sádicos, sin la amenaza y el terror que todavía experimentas acerca de ellos —aunque no tan fuertemente como en el pasado, porque ahora eres consciente de ellos y los puedes verbalizar—, entonces entenderás mucho mejor por qué los tienes en primer lugar; que eres una persona valiosa a pesar de su existencia y, por último pero no menos importante, que su existencia en ti no sólo no te protege ni te es favorable, sino que es el medio mismo que continuamente reproduce el rechazo y la frustración. En otras palabras, conectarás el sentimiento de inaceptabilidad con los recién encarados impulsos sádicos. Esa conexión es lo importante. Cuando la conexión no sea una comprensión intelectual y teórica sino una experiencia

emocional real, cuando te veas verdaderamente afectado por la conexión causal entre la inaceptabilidad y los impulsos sádicos, entonces estarás en el camino de salir de esta prisión. Éste es el requisito. Poco a poco, los impulsos sádicos disminuirán y el sentimiento de aceptabilidad y amor propio crecerán. Crecerán no sólo porque pierdas los impulsos sádicos y primitivos, sino principalmente por el valor y la veracidad con que los enfocas. La decencia para enfrentar lo que parece poco enfrentable debe producir un amor sano por el ser.

Esto, amigos míos, es siempre lo que funciona, en cualquier aspecto. Quienquiera que empiece a encarar, aceptar y lidiar inteligentemente con lo hasta ahora inaceptable, aumenta proporcionalmente su respeto por sí mismo y su sentido de suficiencia. Aumentan su fuerza y su ingenio, el libre flujo de su energía. Esto empieza a operar incluso antes de que la condición negativa haya dejado de existir. La actitud que uno adopta ante lo que a uno le disgusta de su ser —secreta o semiconscientemente o, a veces, muy conscientemente— es lo que induce al cambio en la manera en la que uno se percibe. Una actitud razonable a lo que parece no poder enfrentarse significa un sentido de proporción, ni exagerar, ni negar, ni encubrir al ser; tampoco dramatizar y afirmar que uno es un ser humano completamente malo.

Todo esto suele tener lugar en un nivel inconsciente y lo que queda en la superficie es un sentimiento vago de ser inaceptable, sin entender muy bien por qué. Inconscientemente sienten que no tienen ninguna característica redentora, mientras que en otro nivel culpan a todos los demás y al mundo entero de su infelicidad. La ambivalencia es que mientras sienten que “Soy tan malo que si la verdad se conociera yo sería despreciado, así que debo guardar el secreto, hasta de mí mismo” también expresan la actitud de que “El mundo es horrible, todos son malos y están en contra de mí; todos, salvo yo, tienen la culpa de que yo sea infeliz.”

El sentimiento de inaceptabilidad no puede cesar mientras su causa sea inconsciente. En el momento en que se vuelve consciente puede aplicarse la razón. Tu sentido de justicia se dirigirá entonces a todos, incluido tú. Te respetarás más y más por atravesar un proceso que la mayoría de las personas evita.

¿Te queda claro todo esto?

PREGUNTA: Sí, pero tendré que meditar sobre ello.

RESPUESTA: Sí, nada puede ser más útil que la meditación para atravesar este proceso. Una y otra vez debes decidirte a andar todo el camino, a enfrentar toda la verdad sobre el ser, sin huir del más leve o el peor aspecto. Una y otra vez, la mente debe formular estas intenciones y pedir la ayuda de la inteligencia suprema que reside en la profundidad del ser. Pronuncia palabras a tal efecto, de ser posible todos los días, tales como “Quiero enfrentar la verdad, quiero que surja cualquier cosa que haya en mí. Quiero dejar salir lo que haya. Tengo el valor y la honestidad para hacer esto. Pido ayuda para guiarme. Esto es lo que decido hacer. No huiré de mí mismo. No me engañaré. Dejaré de vivir una vida de autoengaño”, que es lo que todo el mundo hace en la medida en que se siente descontento de la vida. En la medida en que la vida empieza a abrirse con luz y esperanza, con plenitud y un sentimiento de “la vida es buena”, en esa medida ha practicado uno la veracidad. Estas meditaciones tienen un efecto muy poderoso e inmediato. Digo esto para todos, desde luego.

PREGUNTA: Me gustaría hacer una pregunta que se relaciona con el problema recién tratado. ¿De qué manera es su problema, como acaba usted de describirlo, distinto del que hoy enfrento? O ¿de qué manera es distinto el mío del suyo?

RESPUESTA: Es esencialmente el mismo problema, que existe en tantas personas. Lo que varía es el grado, la forma en que se manifiesta y cómo lo tapa uno. La dificultad aquí es que estas fuerzas, estos impulsos crueles son muy

contradictorios de la imagen que las personas tienen de sí mismas y de cómo piensan que deberían ser, de cómo quieren ser, de cómo presentan una fachada diferente al mundo. La diferencia entre cómo ustedes, los seres humanos, quieren ser y cómo son realmente es trágica sólo mientras ignoran que su naturaleza fundamental es mucho más maravillosa de lo que podría ser cualquier presentación ideal y falsa.

La discrepancia entre lo que son en parte y lo que fingen ser —también ante sí mismos— es uno de los obstáculos más severos que detienen el progreso. Si logran superar este obstáculo, nada puede detenerlos de manifestar su ser real. El obstáculo proviene del hecho de que, de niños, no habrían sido aceptados si se hubiera sabido que albergaban sentimientos y pensamientos de una naturaleza menos que santa. Si estos impulsos se hubieran conocido, habrían sido severamente castigados. El niño tenía que negarlos para permanecer seguro y conservar el amor de sus padres.

Al transcurrir el tiempo y crecer, adoptan la misma actitud que tuvieron sus padres. Sienten que no pueden aceptar lo que ellos no aceptaban. Están en el error conceptual de que sólo ustedes albergan dichos impulsos, con la excepción de algunas personas muy malas. Nadie que sea valioso tiene estos impulsos. Lo que es quizás más importante aquí es el temor inconsciente —o tal vez vagamente consciente— de que estos impulsos, deseos y emociones inaceptables son su verdadera naturaleza, que en estas emociones prohibidas se revela su verdadera personalidad, que ese es su yo definitivo. Éste es el mayor obstáculo, el miedo que los bloquea, pues, muy naturalmente, no quieren aceptar que esto es lo que es.

Cuando verdaderamente entiendas que estos impulsos crueles no son la realidad última y final de tu ser oculto, tendrás el valor de andar todo el camino. Estos impulsos son temporales; son distorsiones; son el resultado de algo que te pasó alguna vez, de manera que todo lo que es

grande, maravilloso y bello en ti empezó a distorsionarse e inhibirse. En otras palabras, la inhibición de las fuerzas bellas y vitales causó la distorsión. Esto le pasa una y otra vez a toda la raza humana; principalmente por ignorancia y miedo, por desconfianza de la naturaleza, no por una malicia inicial, aunque la malicia puede ser un aspecto de la distorsión. Una ignorancia inicial también ha influido en aquellos que fueron responsables de tu crianza: desalentaron lo mejor de ti sin saber lo que hacían. Debido a ello, lo mejor de ti se convirtió en algo destructivo... al menos en parte.

Si de verdad entiendes esto, y si puedes meditar y pedir a tu ser creativo más íntimo —la inteligencia superior que reside en las profundidades de ti— que te ayude a entender y a experimentar cómo se distorsionó lo que era lo mejor, entonces enfrentar tu lado destructivo no será el horror que te parece. Verás que no es ni la realidad última de tu carácter, ni algo que tienes que rechazar por completo, pues en este lado destructivo y sádico reside un poder que es, en sí, creativo. Una vez que tengas el valor de experimentar el poder en su aspecto negativo — de una manera en que nadie salga dañado, sin exteriorizarlo— entonces sabrás, como una experiencia personalmente sentida, que este mismo poder, o fuerza, se reconvierte en la cosa bella que era antes de volverse destructivo. Entonces no te sentirás tan culpable y autorrechazante acerca de sentirlo; tampoco sentirás el impulso de negar, de embellecer, de justificar y de proyectar en otros lo que no puedes aceptar en ti.

No hay una sola parte de tu ser que necesites rechazar como tal. Y me refiero a cualquiera de ustedes, desde luego, a todos. Incluso los aspectos más destructivos son, en sí mismos, componentes de algo bello y altamente valioso. Tienes que darles la oportunidad de retransformarse en su estado original de belleza. Esto requiere que primero les permitas surgir a su manera destructiva y que te des cuenta de ello. Si buscas esa comprensión en tu meditación, la

tremenda resistencia e inercia se desvanecerán. La inercia misma se convertirá en una maravillosa energía nueva. Pero para llegar a este punto primero tienes que pensar mucho en ello con una comprensión intelectual. Además, tienes que querer hacer esta comprensión más completa y buscarla convocando a los poderes interiores que pueden ayudarte e inspirarte. Si sigues este procedimiento, no fallarás en tus intentos. Entonces verás la verdad de estas palabras.

Cuando te muestro el camino a la autorrealización, como lo hago ahora, de nuevo quiero que quede claro que jamás debes aceptar nada como dogma. Te invito y te aconsejo que te des la oportunidad de confirmar la verdad de mis palabras poniéndolas en práctica. No tienes nada que arriesgar ni nada que perder.

La verdad de toda la vida es que tu ser más íntimo, tu ser real, sólo puede desplegarse cuando lo haces de este modo. Ese ser más íntimo sólo puede manifestarse cuando dejas de tener miedo a los procesos involuntarios, cuando puedes soltar y permitir que se despliegue desde dentro de ti lo que hay ahí, aun cuando no puedas controlarlo inmediatamente con tu mente y tu voluntad. Entonces, y sólo entonces, activarás lo que puede traer satisfacción a tu vida. Esta satisfacción es tu verdadera herencia. Mientras no enfrentes lo aparentemente inaceptable y lo trasciendas en el sentido que te he presentado, el intenso deleite, el placer supremo que puede ser la vida, que tu propio cuerpo y tu alma pueden darte, permanecerán inaccesibles.

PREGUNTA: Tenía en mente una pregunta similar acerca de tener miedo de soltar. ¿Acaso la respuesta a mi pregunta no abarca también lo que usted acaba de decir? Me parece que así es.

RESPUESTA: Lo mismo puede decirse a todos. Éstos son factores universales, no importa cuán personal les parezca a cada uno de ustedes. Sólo el énfasis y el grado varían de

un individuo a otro. Las reacciones en cadena y los niveles de proyección varían.

En tu caso funciona así: En el nivel en que mis dos amigos que hicieron las preguntas anteriores desean lastimar al sexo femenino por enojo, frustración y venganza, la fuerza sexual ha entrado en este impulso. Así, la sexualidad y el deseo de herir se han fusionado temporalmente en una corriente. En tu caso, la rabia, el enojo y los instintos crueles están ahí, pero no tan sexualizados. Tú has vuelto toda esta crueldad y enojo contra ti. Lo que es más sexual es el elemento masoquista. Por una parte, necesitas expresar el enojo y la rabia y quieres dejarlos salir; éste es el impulso natural. Por la otra, tienes miedo de hacer eso. En este sentido tu presión es de un tipo distinto. Pero fundamentalmente lo mismo se aplica a ti y a todos los demás, en especial lo que dije sobre el temor de que el ser sea definitivamente malo, y cómo puede demostrarse que esto es una suposición falsa.

Lo que también varía, casi infinitamente, son las características asumidas de negar y tapar el miedo básico a uno mismo, y también qué actitud se sexualiza. Todos estos aspectos, y muchos más, abarcan la similitud fundamental que consiste en que uno teme que el ser sea inaceptable tal como es y, por lo tanto, lo oculta, incluso de sí mismo. De tal modo, el tesoro que es el ser —el verdadero valor de uno— se oculta también. Por lo tanto, las respuestas a estas preguntas se aplican a todos.

Es sumamente lamentable que todos los amigos que también están en este Pathwork y no vienen a las sesiones de preguntas y respuestas no elijan ser testigos de estas reuniones. Así, no aprovechan un aspecto adicional de ayuda que es mucho más importante de lo que se dan cuenta ahora. Muchas veces encontrarían una luz nueva, una fuerza renovada, percepciones interiores nuevas y, por lo tanto, una esperanza nueva. Encontrarían una salida que podría no estar abierta a ellos en este momento.

Verdaderamente se quedan cortos al no aprovechar estas sesiones.

PREGUNTA: Ahora me permito a mí y a otros una libertad total. El efecto ha sido impresionante. Es como habitar un planeta nuevo. Creo que dar este paso es necesario para mí en este momento porque pienso que me llevará a mi salvación. Sin embargo, hay dos estados de ánimo que se instalan en mí en diferentes momentos. Uno es un sentimiento divino de libertad y dicha. El otro es un sentimiento aplastante de ansiedad, culpa e inseguridad. ¿Qué más puede decirme acerca de este estado de ser?

RESPUESTA: Con gusto lo comentaré. Pero, ante todo, para evitar cualquier malentendido posible, quiero aclarar que por libertad no te refieres a una licencia para exteriorizar impulsos destructivos. Algunas personas podrían malinterpretarte. Por libertad quieres decir que permites a la otra persona, así como a ti mismo, ser el propio ser. Al no conceder esta libertad, de una manera sutil uno quiere forzar a los otros y al propio ser a ser lo que no son, a sentir lo que no sienten, a actuar a la inversa de la propia verdad interna y momentánea. El niño hace estas demandas a los padres, quiere poseerlos y es así poseído, como en “Mamá, debes hacer lo que deseo, de lo contrario, estoy perdido”. Tu nueva libertad ya no actúa ni siente de acuerdo con estos dictados. Y ese es un hito tremendo en el camino de la primera infancia, a la niñez, a la adolescencia y a la madurez.

En cuanto al problema de la recurrencia ocasional de ansiedad, es natural y comprensible. Esta transición no puede hacerse de una sola vez. Allí están el ser viejo, infantil, temeroso, orientado a los viejos mecanismos de la falsa autoprotección. Cuando se renuncia a estos mecanismos —en este caso, la corriente forzante, el aferramiento— no es de extrañar que el sistema reaccione al principio con susto y alarma. Requiere un periodo de reorientación, de formación de métodos nuevos

de operación que sean más realistas y constructivos. Gradualmente, el lado viejo y no desarrollado de la personalidad adquirirá confianza en estos modos nuevos de operación. Siempre que el individuo hace algo que va en contra de las restricciones y medidas viejas, debe surgir la ansiedad. Siempre que se permite a la fuerza sexual fluir libremente, la primera reacción instantánea será restringirla... y eso en sí provoca ansiedad.

Cuando vamos al nivel más fundamental en el que este problema puede resolverse directamente, en vez de ocuparte de los niveles intermedios, encuentras el intenso miedo de permitir que tu ser interior sea. Déjalo ser, en vez de tratar de ser como piensas que deberías ser, o permitir que las capas neuróticas de tu personalidad se mezclen con normas perfeccionistas sobreimpuestas. Ninguna de estas maneras es la correcta. Ambas son coercitivas, ambas niegan lo real, lo espontáneo, lo libre, lo natural, que es lo único que puede traer significado y plenitud, gratificación y dicha. Perversamente, los humanos no le tienen tanto miedo a nada como a la esencia misma de ellos, a la verdad misma que es su salvación. Prestan atención a todo menos a la verdad de ustedes mismos. Hacen tantos esfuerzos para no ser ustedes mismos; cuanto más se esfuerzan, más se alejan de la paz y el bienestar, y más ansiosos y confundidos se sienten.

Esta generalidad también se aplica a ti en lo particular, amigo mío. Si no temes llegar hasta el final, experimentarás pronto algo nuevo que surge de ti y cuya existencia jamás esperabas. Este algo será claro y fuerte. No conocerá la sumisión, y sin embargo no será una compulsión de que las cosas se hagan a tu manera. Te dejará ser libre y, por ende, encontrarás un mundo ancho y abierto en el que habrá para ti muchas posibilidades y razones de autorrespeto. Sentirás la transformación de ansiedad a placer, pues ya no negarás el primero ni lo forzarás a que desaparezca por medios artificiales.

Pero deberás estar preparado, porque no podrás recondicionar tus reflejos condicionados tan rápidamente. Tengas o no la intención consciente de hacerlo, la sustancia de tu alma te hace reaccionar a la manera vieja de retroceder ante los sentimientos desagradables. No te impacientes contigo. En el momento en que te des cuenta de este viejo hábito, tendrás una salida... y poco a poco se formará un nuevo patrón de hábitos.

Nada parece exigir más valentía al principio que gozar del placer supremo que es la creación, y que la entidad creada está destinada a experimentar, si no se interfiere con él y no se le distorsiona. Debes reunir el valor una y otra vez, deliberadamente instruyendo a tu inconsciente aún poco dispuesto y tentativo: “Si suelto, me permito estar en el placer. Esta posibilidad existe en mí, la busco, la reclamo y quiero satisfacer todas las condiciones para volverlo una realidad. Tengo con todo mi ser la intención de enfrentar y cambiar cualquier cosa que se interponga en mi camino: todas las violaciones a mi integridad, toda la falsedad y el desempeño de papeles, todas las defensas cobardes, todo el egocentrismo que me haga tratar a otros de manera diferente de aquella en que yo quiero ser tratado”.

Estas meditaciones crean una fuerza poderosa. Al llevar tus intenciones a la práctica te permitirás la felicidad, no te encogerás ante el deleite que la vida es en su esencia. Ya no te sentirás obligado a someterte a reglas insensatas y restrictivas. En el momento en que dejes ser lo que hay, te encontrarás a ti mismo, lo que es un tesoro, aun cuando lo que se manifieste primero no sea de tu agrado. Encontrarás la dicha, el estado universal de ser. Esto no tiene que venir en una vida después de la muerte. Está disponible en cualquier minuto, en la vida de cualquier ser humano, aquí y ahora. Pero debes ser realista y esperar fluctuaciones. Tienes que observarlas serenamente. Una transición tan importante nunca puede lograrse de un solo golpe. Acelerar el proceso para hacer conexión con el lado disidente y

temeroso —el lado que se resiste a la liberación— es mucho más efectivo que reprimirlo y luego impacientarse y presionarse.

Éste es el comienzo de una nueva fase y hay, efectivamente un panorama bello que contemplar. Una tierra nueva debe abrirse cuando uno llega a este punto; un estado que por lo general parece inalcanzable y desesperanzadoramente lejano. Pero en realidad no es así. ¡No lo es! ¿Está claro?

INTERROGADOR: Sí, lo está. Sólo quiero añadir una cosa más sobre esto. He tratado de tener estos diálogos con mi niño interior, y eso me ha ayudado mucho. De esta manera puedo actuar fácilmente de manera madura en el exterior y sólo hablar con el niño que llevo dentro.

RESPUESTA: Sí, ese es un muy buen proceso, que sugerí hace mucho tiempo pero, por desgracia, las personas lo olvidan. Es bueno que en este momento les recuerde a todos: No repriman a ese niño. Tampoco necesitan identificarse completamente con él, pues no son sólo ese niño. Por lo tanto, encuéntrense con él y háblenle. Véanlo manifestarse y escúchenlo; luego pueden hablar sin presionar ni coaccionar. Sólo vean su expresión por lo que vale.

Sigue con tu pregunta.

PREGUNTA: Después de que pude brindar libertad a otros — que no tenían que hacer lo que yo quería— hice el notable descubrimiento de ser libre yo mismo, de permitirme el placer total. Ya no tengo ansiedad por eso.

RESPUESTA: Ah, sí la tienes. En los niveles más profundos de tu ser todavía tienes miedo del placer. Todavía sientes ansiedad por permitirte el placer y la libertad plenos. Esta palabra, libertad, debe entenderse apropiadamente. No es una licencia. Sólo alguien que es totalmente responsable de sí es capaz de utilizar la libertad que la creación ha otorgado a todos los seres. Por ejemplo, cuando las personas desplazan la culpa de su estado infeliz presente

a cualquier otro factor que no sea sus propios procesos inconscientes, no son autorresponsables, no importa cuán sutil y secretamente hagan esto. Existe un mecanismo en la psique que conecta directamente este desplazamiento con la prohibición del placer.

Cuanto más infantilmente te aferres a un padre o madre sustituto, haciéndolo responsable, queriendo que te cuide y negando las consecuencias de tus propias acciones y decisiones, más quieres las dos cosas al mismo tiempo, y menos capaz eres de utilizar la gran libertad. Te encarcelas dentro de cercas imaginarias y te enredas en conflictos que hacen que la vida se convierta en una gran trampa. Entonces la palabra libertad no es diferente de expresar la destructividad y actuar exteriormente con rebeldía y deseo de dañar.

Sólo aquellos que se paran sobre sus dos pies en los niveles más profundos y materialistas de la vida, darán el paso hacia la gran libertad de encontrar todas las satisfacciones posibles. Esa libertad es tan impactante —y quizás, al principio, incluso aterradora— que el niño la evita y prefiere la seudoseguridad de la restricción, la inhibición, la dependencia y la ausencia de placer. Cuando ese estado empeora, el sufrimiento se vuelve insoportable, pues nada puede permanecer estático. O entra uno en un estado saludable y entonces los efectos positivos aumentan y se despliegan infinitamente, o uno permanece atorado en un estado destructivo y erróneo y entonces los efectos negativos se vuelven cada vez peores. Los inmaduros creen que la autorresponsabilidad significa confinamiento. Desde luego, lo contrario es lo cierto. El confinamiento es el resultado de insistir en que alguien los cuide. Empiezan a deducir parte de esta nueva libertad, aunque todavía es aterradora.

PREGUNTA: ¿Puede decirnos algo sobre este estado de dicha?
Entiendo la ansiedad, pero esta dicha es casi inconcebible.

RESPUESTA: Lo es. Sin embargo, es casi imposible traducir a un lenguaje estas profundas verdades de la existencia. Lo intentaré. Las palabras no pueden hacerle justicia y sonarán casi triviales. Lo que diré es que, por lo general, cuando oyes hablar de estas cosas, piensas en otro mundo, en un mundo diferente y espiritual. En realidad no es así. La espiritualidad no es un estado paradisiaco. Este malentendido es, en cierto sentido, una tragedia, porque crea una división y, de este modo, vuelve imposible la autorrealización espiritual. Mientras los seres humanos separen la tierra del cielo, el cuerpo del espíritu, no pueden experimentar la verdadera dicha de la unidad.

El estado dichoso de la realización espiritual combina el espíritu, la mente, las emociones y el cuerpo. En la parte media del cuerpo está el plexo solar. Llevo años y años hablando de esto. Precisamente en esa región del cuerpo existe toda la dicha; no como algo no físico, sino como algo que debe sentirse dentro del cuerpo. Si esperas que la dicha espiritual sea algo apartado del cuerpo, te encontrarás en un camino de dualidad y error, de conflicto y disensión.

Un núcleo de energía se hará notar, precisamente en el cuerpo. Viene del ser real. Su intensa realidad hace que la verdad de todas estas enseñanzas sea una experiencia profunda que no puede negarse ni concebirse como una ilusión. Es esta verdad y realidad lo que es tan reconfortante y esperanzador, no importa las recaídas que pueda haber. Cuando la energía comprimida se disuelve y fluye por todo el ser de la persona, ésta entra en este estado de dicha.

La energía comprimida es el resultado de retener, de negar temerosamente lo que hay. La disolución de esta energía comprimida es el resultado del proceso que tantas veces describo, y de tantas maneras diferentes. Cuanto más haces frente al ser, más consciente te vuelves; primero de la compresión, que sientes casi como un cuerpo extraño, como lo dije antes. A medida que reconoces este cuerpo extraño y lo encaras de la manera correcta, empieza a

disolverse. Y esto te abre el paraíso en la tierra. Existen muchísimos grados en los que pueden experimentarse la fluidez de la energía, de la materia y la sustancia materiales, del pensamiento y los sentimientos. El grado depende del estado del crecimiento. Al principio, las personas tienen miedo de este estado fluido más que de cualquier otra cosa. Creen que deben volverse compactas; se aferran a esta compacidad como si ella sola pudiera garantizar la vida. Sólo cuando esta compacidad se vuelve demasiado dolorosa pueden invertir la dirección y proponerse volverla fluida de nuevo.

Esta experiencia los vuelve uno con el universo. Es totalmente segura. Todo se siente sereno y acogedor, y tan intensamente placentero que es casi como un sabor físico en la boca. La dicha también viene del hecho de que sabes que puedes lidiar con cualquier situación porque las cosas no tienen que ser a tu manera, porque puedes perder sin sufrir; o, si es doloroso al principio, el dolor no es el fin del mundo y sabes que puedes enfrentarlo. Por lo tanto, deja de ser dolor. Empiezas a ver y a percibir de una manera enteramente nueva. Cualquier cosa que experimentes tendrá un tono, un sabor y un color nuevos. Nunca más deberás tener miedo, porque ahora sabes que todo el tesoro de la vida está arraigado en ti, toda la verdad, todo el bienestar, todas las respuestas a todos tus problemas y preguntas.

La autorrealización tiene dos aspectos básicos: el conocimiento de la verdad y el sentimiento del placer. Ambos son igualmente importantes y ambos deben ser cultivados. Algunas escuelas de pensamiento se concentran en un aspecto; otras, en el otro. Cada una puede pensar que su enfoque es el verdadero y el único. Pero juntos, combinados, forman un todo.

Como dije en la última conferencia, todo el mundo sabe, o siente en lo más profundo de sí, que este estado podría existir. Nunca se resignen a pensar que es imposible de

alcanzar. De hecho, es posible. Este estado dichoso de deleite total existe en su memoria, amigos míos, y puede alcanzarse en esta vida sólo cuando el individuo se vuelva capaz de amar y unirse con el sexo opuesto. Esta relación combina todas las funciones y potenciales, no deja fuera nada si la relación es verdaderamente profunda y sana, si no hay superficialidad ni restricción. Una vez que las aflicciones se hayan superado, las posibilidades de expansión del ser real, los grados de placer y deleite, los grados de más desarrollo creativo, son, todos ellos infinitos.

Sean benditos, mis queridos amigos. Sean en Dios.



CONFERENCIA ORIGINAL:
Dictada el 27 de octubre de 1967.

EDICIÓN EN INGLÉS:
Questions And Answers.
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.