
163

CONFERENCIAS DEL GUÍA

La actividad y la receptividad mentales



PATHWORK
DE MÉXICO

La actividad y la receptividad mentales



SALUDOS, MIS AMADOS AMIGOS. El amor del universo abraza cada manifestación e individualización del Ser Divino, especialmente cuando el ser exterior y separado se esfuerza tan ardentemente por encontrar la verdad del ser y, por ende, la verdad de la vida.

Todo el dolor y la frustración que el ser humano promedio atraviesa en el curso de una vida es únicamente el resultado de no conocer su verdadera identidad. Y la lucha constante de vivir procede de un sentimiento vago en su inconsciente de que hay algo que recapturar, alguna llave secreta que podría abrir la vida. Saben en lo más profundo de ustedes que la vida no puede ser sólo lo que experimentan día a día, o lo que es en el momento. Así que se esfuerzan por alejarse del momento, y cuando lo hacen, lo pierden, y con él el significado de la vida, ya que cada momento en sí contiene toda la vida.

La lucha por descubrir el ser verdadero y aceptar el ahora no son mutuamente excluyentes; son interdependientes. La conferencia de esta noche examina específicamente qué actitud mental se necesita para unir las dos maneras aparentemente opuestas de experimentar y encontrar así el significado de la vida y su verdadera identidad.

La actividad o falta de actividad de la mente es la clave aquí: es un proceso sutil, casi imposible de describir con palabras, y sin

embargo tan preciso e importante. No obstante, debemos hacer lo mejor posible: yo debo hacer lo mejor que pueda para encontrar las expresiones correctas para comunicarles lo que quiero decir. Ustedes pueden hacer lo mejor que puedan abriendo internamente su corazón tanto como su mente, para que entiendan no sólo con su intelecto, sino también con su intuición. Esta última es, como lo saben, la comprensión mucho más importante.

Hay dos fuerzas o actitudes poderosas en el universo y, por lo tanto, en cada personalidad humana. Una es la fuerza que lucha, se mueve, actúa, inicia, activa y hace. Este aspecto incluye la autorresponsabilidad, la independencia, la autonomía, el libre albedrío y el poder del ser. La otra es ser receptivo y esperar lo que haya de acontecer. Este aspecto incluye la paciencia, la humildad, la conciencia de la interdependencia y de ser parte de un todo. Confía en los procesos de la vida más grande. La primera implica la acción directa, y la segunda significa esperar el crecimiento y la manifestación indirecta, que tiene lugar a su propia manera y de acuerdo con sus propias leyes.

Cuando una persona consciente o inconscientemente cree que una de estas dos actitudes o maneras de funcionar es correcta y la otra incorrecta, y por lo tanto cultiva sólo una o la otra, son inevitables las distorsiones y los desequilibrios. Como es imposible usar sólo una, lo opuesto de la manera adoptada de funcionar de la persona sigue existiendo, aunque de una manera menos abierta. Pero cuando no están equilibradas, cada manera produce resultados inapropiados, ineficaces e incluso destructivos. Es importante que cada individuo en crecimiento descubra la interacción finamente equilibrada de estas dos fuerzas universales. Como no existe una regla para saber exactamente cuándo cambiar de una actitud a la otra, la manera de hacerlo debe encontrarse dentro del propio ritmo y la realidad interior de cada persona. Uno debe estar en sintonía con su propia vida interior y movimientos del alma, para poder reconocer cuándo y cómo se expresa cada actitud, cuándo predomina una o la otra, y cuál se requiere en cualquier

momento dado. El reconocimiento se vuelve más y más espontáneo y automático a medida que el ser se desarrolla y se integra con el ego. Estas dos actitudes universales podrían llamarse también fuerzas activas y pasivas. Hablé de este tema hace muchos años, pero en un nivel más superficial y general. Ahora este tema puede tratarse mucho más profunda y específicamente. Ya saben que la verdad de la vida no puede encontrarse entendiéndola sólo con el cerebro. La manera de experimentar la verdad es aplicarla primero a su propio ser, a sus problemas individuales, y en esa aplicación trascender los problemas. Entonces experimentan todas las fuerzas del universo dentro de ustedes.

Otra manera más de decir esto sería hablar sobre los principios creativos masculino y femenino. Éstos existen en la vida psíquica de todas las manifestaciones. Operan dondequiera que exista la vida. El poder de su interacción armoniosa crea manifestaciones e individualizaciones siempre nuevas del Ser Divino. No me refiero sólo a las creaciones carnales; el principio se aplica a todo. El crecimiento dentro de la personalidad es también una creación determinada por la misma interacción armoniosa de los principios masculino y femenino. El crecimiento no puede llegar a menos que tenga lugar la interacción correcta entre la iniciativa y la voluntad, por una parte, y la receptividad, la rendición, la espera y el desenvolvimiento, por la otra. La unión de estas dos fuerzas crea renovación, formas nuevas, expansión; genera más y mayor vida; crea el placer supremo. La interacción discordante, con mayor o menor énfasis en una fuerza, frustra la vida y produce displacer y restricción. Cuando los hombres y las mujeres no han establecido los principios tanto masculinos como femeninos dentro de su propia alma y mente, no pueden ser plenamente hombres o mujeres.

Los dos principios o fuerzas tienen ciertos denominadores comunes. Uno de ellos es la alternancia de la tensión y el relajamiento, de la firmeza y la suavidad. El suelo fértil de la vida, el crecimiento, la paz y el placer es la resiliencia que brota de la pulsación y el movimiento rítmico de tensión y relajación.

Este tipo de tensión no es la tensión dolorosa que una persona siente cuando las dos fuerzas están en discordancia. Esta tensión placentera es un trampolín desde el cual la acción fluye natural y orgánicamente. Lo mismo se aplica a la relajación; no debe confundirse con la inercia de la falta de vitalidad ni con la falta de energía. Su versión sana está llena de vida y movimiento interno, serena con la confianza de que la acción natural llega a su propio tiempo.

La interacción apropiada de tensión y relajación es la pulsación, la respiración, del universo y de todos los aspectos y partículas de él. Todo lo que está vivo en el universo es un aspecto de ella y, por lo tanto, debe estar sujeto a los mismos principios y leyes. La pulsación de la tensión y la relajación expresa la integración de estas dos fuerzas: la masculina y la femenina, las fuerzas iniciadora y receptiva. Todas las manifestaciones de vida son una expresión de este ritmo. Cuanto más armoniosa sea la manifestación de vida, más integradas estarán las fuerzas iniciadora y receptiva en constante fluctuación; abriéndose y cerrándose, abriéndose y cerrándose.

Cuanto más alejada está de su fuente la conciencia individual de un organismo —cuanto menos consciente está de su verdadera identidad divina— más dolorosos deben de ser el ritmo alternante y la pulsación de su vida. Dondequiera que haya vida debe existir el movimiento rítmico de las dos fuerzas. Y a la inversa, cuanto más alto sea el desarrollo de la conciencia —cuanto más consciente esté el ser individual de su verdadera identidad y, por lo tanto, conectado con ella— más placenteros y dichosos serán inevitablemente la tensión y el relajamiento. En cierta etapa entre estos dos polos extremos está la fase en que el estado de apertura y relajación se siente como algo deseable y placentero, mientras que el estado de cierre y tensión se siente como algo doloroso e indeseable. La dicotomía hace que la entidad se aleje de uno y se acerque al otro estado. Sin embargo, cuanto más se esfuerza uno, más obstaculiza el ritmo natural. El esfuerzo causa más tensión, aun cuando uno se esfuerce por alcanzar el estado abierto y relajado. Por lo tanto, no existe en

realidad otra manera más que soportar el estado doloroso momentáneo, para permitir que el ritmo natural prevalezca hasta que toda la personalidad esté libre del estado doloroso y contracturado. La libertad no significa el cese del movimiento tenso y cerrado, pues eso significaría el cese de la vida. Simplemente significa que gradualmente, al trascenderse el dolor, deja de ser dolor. Muchos seres humanos se encuentran en el estado intermedio, en el que un pulso universal se experimenta como doloroso, y el otro como placentero.

La interacción correcta de los dos principios o fuerzas universales, desde el punto de vista de su actividad mental y específicamente de su Pathwork, puede describirse de la mejor manera como sigue: el ego exterior, deliberado y consciente, y su fuerza de voluntad, deben tener una postura firme pero relajada. No se debe ni ceder al inconsciente resistente y destructivo, ni ansiosamente presionarlo o impacientemente forzarlo. El ego debe estar alerta para reconocer lo que el inconsciente expresa indirectamente, y por qué se contiene para impedir la felicidad y el desarrollo. Para reconocer el verdadero estado inconsciente, la mente debe estar serena, observante y aceptante de lo que sucede en el ahora, alentando así al inconsciente a expresarse. Una vez que surge a la superficie con toda su irracionalidad, se le puede dar muy naturalmente una dirección nueva y la obstrucción desaparecerá.

El proceso requiere un equilibrio fino entre los principios masculino y femenino. La firmeza de propósito de no seguir la ley del menor esfuerzo cuando se le confronta con las obstrucciones inconscientes tiene que equilibrarse con el espíritu de esperar y recibir en el que se aceptan las expresiones del inconsciente destructivo. El despliegue de la inteligencia universal en la mente es idéntico a este proceso. Sin embargo, cuanto más se enconan las obstrucciones “bajo tierra”, menos posible será el despliegue, como todos ustedes lo saben bien. El enfoque ideal es usar ambos alternadamente: instruyan firme, serenamente y con determinación a la parte destructiva del ser oculto para que se exprese. Observen lo que surja con interés,

atención y no interferencia. Para hacer esto posible, pidan al ser divino que son en lo profundo de ustedes que los guíe y ayude en este proceso. De nuevo, la determinación y la instrucción son el trabajo de la mente activa, mientras que la espera de la manifestación pertenece a la función pasiva y receptora.

La mente humana busca constantemente el equilibrio correcto de estas importantísimas actitudes. Encontrar este equilibrio es una de las grandes dificultades con las que cada persona se topa en el camino a la interacción armoniosa. La manera de hacerlo no puede aprenderse con reglas; sólo una escucha finamente sintonizada a sus propios movimientos del alma les permitirá descubrir cuándo usar una y cuándo parar y usar la otra de estas dos fuerzas complementarias. Deben verse usando la manera equivocada antes de que poco a poco adopten la correcta. Con gran frecuencia los humanos son perezosos y desatentos a sus expresiones más íntimas cuando están gobernados por un error conceptual del principio pasivo. Afirman con razón que las cosas deben madurar por sí mismas y que el crecimiento sano es un proceso espontáneo que no puede ser forzado. Pero usan el principio equivocadamente y omiten entrar en sí mismos para encarar lo que necesita encararse y cambiar lo que necesita cambiarse. Al mismo tiempo, con cuánta frecuencia son los humanos hiperactivos, coercitivos y tensos hacia sí mismos y otros, pues entienden y usan mal el principio activo.

Siempre que a un principio se le da semejante predominio distorsionado, es precisamente porque también existe el otro; tal vez menos perceptiblemente. La impaciencia exterior con uno denota una resistencia interna. La pereza exterior y la aceptación distorsionada de las cosas denotan una feroz lucha interna contra el ser y sus efectos. Esta lucha feroz debe salir a la luz, pues siempre está presente allí donde hay problemas no resueltos, desequilibrio, distorsión e insatisfacción. Durante un tiempo muy largo, la lucha entre el ser y el ser se proyecta hacia fuera, de modo que la lucha parece ser entre y el ser y la vida, o entre el ser y otros.

Pero como no hay diferencia entre ustedes y la vida u otros, la lucha es básicamente entre ustedes y ustedes. Una vez que estén muy conscientes de su verdadera lucha, el desequilibrio se volverá comprensible y puede dar comienzo una reorientación .

El verdadero cambio es un proceso espontáneo que sucede por sí mismo...o así parece. En realidad es el resultado de los esfuerzos exteriores sin tensión, naturales y serenos. Pero cuando las personas esperan la llegada inmediata de manifestaciones directas y visibles, no entienden el proceso. Estas personas se desalientan y descorazonan; empiezan a hacer menos esfuerzo y, así, regresan a sus patrones destructivos de mente, emoción y acción. Al mismo tiempo, se vuelven más y más tensos y ambiciosos hacia sus propios procesos. Si las personas esperan resultados sin tomarse la molestia de invertir lo mejor que tienen en la vida y en el proceso de crecimiento —en el entendimiento incorrecto de que el crecimiento se manifiesta sin esfuerzo, como por sí solo— se decepcionan mucho, y la lucha interna tanto contra ellos como contra la vida se vuelve mucho más ardua.

Cuanto más inconscientes sean sus dolores y frustraciones, más se presionarán y se agarrarán de cualquier cosa en busca de una solución. Como tampoco son conscientes de esto, justificarán el sentimiento de incomodidad con todo tipo de razones. Hasta pueden ser impulsados a acciones destructivas, a buscar situaciones de vida problemáticas que parezcan explicar su incomodidad, porque no saber la razón de un dolor es peor que cualquier dolor consciente. En algunos tipos de personalidad el resultado es la inercia.

La voluntad y acción mal aplicadas producen excesiva tensión. Allí donde la mente debe ser receptiva, no sólo a lo venga de fuera sino aún más a lo que salga de dentro, con frecuencia se cierra en un nudo apretado de presión contra el ser. La receptividad deliberada hacia los procesos internos, recibir en la conciencia lo que quiere salir, es parte esencial del camino.

Nunca pueden llegar a saber lo que está dentro de ustedes a menos que cultiven esta actitud interna. Cuando las personas son demasiado impacientes, su Pathwork se detiene. La tensión excesiva siempre es una expresión de entender mal los procesos causada por la idea falsa de que los bloqueos internos pueden eliminarse por la aplicación directa de la voluntad del ego. Ésta tiene su función necesaria, pero es sólo indirectamente responsable del trasfondo y la voluntad del inconsciente. Por lo tanto, el ego exterior o conciencia del ego debe tratar al inconsciente —incluso a la parte destructiva, infantil y distorsionada de él— con respeto. Es el respeto que se le da a un ser que no debe ser forzado, sino que debe encontrar su propio camino. También su inconsciente debe encontrar su propio camino. Si se le fuerza, no se puede desplegar. No puede responder, no se puede revelar. Si la mente exterior está tensa y ansiosa y fuerza al inconsciente, es imposible establecer el tipo de relación entre el consciente y el inconsciente que es necesaria para, primero, revelar el segundo y, después, unificar a los dos.

La relación entre la mente consciente y la parte destructiva del inconsciente puede establecerse aceptando, por el momento, que existen percepciones, actitudes y sentimientos que son a menudo diametralmente opuestos entre sí. Una vez que se permite que los aspectos inconscientes destructivos y obstructivos se revelen, las convicciones más veraces y constructivas de la mente consciente pueden influenciar y gradualmente eliminar los obstáculos inconscientes.

Del mismo modo, una relación entre las facultades del ego y la sabiduría, la verdad y el amor del ser divino puede establecerse cuando el ego está preparado para recibir a este último. Esto significa esperar con una actitud receptiva y serena, y una vez que el ser divino se despliegue a través de nuevas ideas, sentimientos y experiencias profundas, el ego será instruido y cubierto por la manifestación de lo divino. Así, los dos aspectos de crecimiento e integración —transformando los elementos destructivos y manifestando al ser divino— presuponen la dinámica idéntica de hacer y esperar, iniciar y recibir. En un

caso, el ego consciente es más sabio y constructivo que el inconsciente enterrado. En el otro caso, el inconsciente enterrado es, con mucho, más sabio y constructivo que la mente consciente.

Es crucial tratar con respeto a ambos aspectos del inconsciente. El respeto se le da no a la destructividad misma, sino más bien a los procesos de crecimiento y despliegue, a las asombrosas leyes de la realidad internas. Las leyes de la realidad interior finalmente se volverán accesibles a la mente respetuosa, y se entenderán también las idénticas leyes de la creación. Esto es a lo que me refiero cuando digo que pueden entender la vida, la creación y el universo sólo en el grado en que entiendan la legitimidad y la dinámica de sus propios procesos inconscientes.

Incluso las actitudes más destructivas resultan no del mal sino de la pura interpretación equivocada. Cuando uno entiende plenamente este hecho, incluso los procesos más destructivos son asombrosamente impresionantes, pues su principio y su mecánica se basan en una legitimidad que es idéntica al mejor funcionamiento de la creación. Como el mal resulta de la mala interpretación, y como los procesos son igualmente maravillosos en y por sí mismos, el mal puede eliminarse verdaderamente sólo cuando aprenden ustedes a ser respetuosos de su propio inconsciente. Permítanle desplegarse a su propia manera y a su propio ritmo. Sean receptivos y abiertos a lo que les revela. La actitud receptiva es violada por una fuerza mental punitiva, ansiosa e insistente: una corriente forzante dirigida a su propio inconsciente. El forzamiento resulta —a veces alternadamente, pero muchas veces al mismo tiempo— en tensión y ansiedad por una parte, y en inercia, pereza y descuido del crecimiento activo, por la otra.

Como tratan al mundo exterior exactamente de la misma manera en que tratan a su inconsciente, emanan el mismo clima hacia aquellos con los que se relacionan. Otras personas se retraen de este ataque del forzamiento que dice, por ponerlo de alguna manera: “Debes”, así como lo hace su propio inconsciente. Cuando no desean prestar especial atención a su

propio inconsciente y, por ende, se retraen de él o le prestan una atención sólo superficial, no pueden evitar enfrentar el inconsciente de otros de una manera similar. No es necesario decir que ellos resienten esta falta de atención; muchas veces inconscientemente.

Cada experiencia buena, bella y creativa en la que se sienten uno con la vida y con ustedes surge de la relación apropiada entre los principios activo y pasivo. Cuando recuerden esas experiencias verán que existía una combinación de alerta serena; de involucramiento y participación activos y, al mismo tiempo, de espera receptiva y de pasividad relajada pero pulsante. Cuando permiten que estas fuerzas fluyan de ustedes, la vida puede fluir a ustedes. Recuerden que nada puede llegarles de la vida que no hayan hecho posible, aun cuando parezca que salió de fuera de ustedes.

Permítanme recapitular brevemente la distorsión del principio doble de lo activo y lo pasivo. El principio masculino iniciador y activo se distorsiona y se convierte en la apretada tensión de impaciencia, ansiedad y orgullo del ego que piensa que puede hacerlo todo solo, por pura voluntad exterior. Esta actitud niega no sólo los poderes universales sino también los propios poderes inconscientes de la persona para crecer y funcionar de acuerdo con las leyes superiores. Implica una desconfianza de todos los movimientos universales y personales dentro de ella; como si no tuvieran existencia, legitimidad o ritmo propios. En consecuencia también desconfía del razonamiento de estas fuerzas interiores, de modo que refuerza más la convicción de que no existe nada más que el ego aislado sin conexiones más profundas. En esta sumamente dolorosa ilusión, las conexiones reales permanecen sin usarse, de manera que el ego es verdaderamente incapaz de funcionar de acuerdo con su mejor potencial. Cuanto menos accesibles se vuelven esas fuerzas y movimientos interiores para participar en el asunto de vivir, menos adecuadamente puede el ego valerse por sí mismo, y por lo tanto más estresado se pone. La existencia aislada del ego surge de la ignorancia y orgullo del ego como la más alta y

mejor realidad que puede afectar la vida; y esto lleva a más separación, frustración e infelicidad; a la dolorosa tensión producida por esforzarse demasiado de una manera infructuosa. Es una existencia solitaria asolada por miedos.

Y a la inversa, los que, en una distorsión del principio pasivo, femenino, confían en Dios de una manera que virtualmente abandona la autorresponsabilidad, que dejan todo a Dios para justificar su propia inactividad, tampoco se realizan. Parecen de manera humilde y confiada dejar que Dios “lo haga”, siempre esperando, pero sus poderes activos e iniciadores y las manifestaciones espontáneas e indirectas de crecimiento están igualmente desconectadas. Cuando estas últimas aparecen —si es que aparecen— como resultado de alguna iniciativa tomada en el pasado, estas personas atribuyen las manifestaciones a algún poder fuera de ellas, o por lo menos pierden de vista la conexión entre las manifestaciones y sus propias actitudes y acciones.

Pueden ver que los extremos y las distorsiones son muy similares y, a final de cuentas, los llevan al mismo callejón sin salida. Cuando son pasivos y sueltan las cosas en vez de aceptar la responsabilidad de encontrar el camino y tal vez hacer lo que en el momento es más doloroso, confían en un dios falso; un dios fuera de ustedes. Para ustedes, todo su ser es Dios, y sólo usando sus facultades pueden entender este hecho trascendental. Cuando están activos con el ego solo y separado en vez de vivir la interacción rítmica de hacer y esperar, de actuar y escuchar, creen el que pequeño ser separado es todo lo que son, y de nuevo se decepcionan. Comprométanse a encontrar la llave de su vida; de la verdad de ustedes mismos, no importa lo doloroso o poco halagüeño que sea. Al mismo tiempo, respeten y honren sus procesos internos y permítanles seguir su curso.

Encuentren el equilibrio. Es un ritmo o ciclo siempre cambiante en el camino de cada individuo. Cada paso supone movimientos o actitudes. Su interacción apropiada. es el poder creativo que trae algo nuevo a la vida. Los principios tanto iniciadores como receptivos requieren la integridad de la individualidad, por una

parte, y saber que uno es parte de un todo, por la otra. Lo último significa respeto por los movimientos que no pueden siempre obedecer de inmediato las órdenes de la mente. Es necesario que inicien constantemente sus propias fuerzas creativas y encuentren cuándo y cómo están listas para darse a conocer.

Incluso el simple acto de la meditación debe combinar estos dos enfoques. Por una parte, formulan activamente su actitud, su meta y sus intenciones; su actitud será que desean invertir lo mejor que tienen, su meta será eliminar las obstrucciones y crecer y desplegar lo mejor de ustedes, su intención será enfrentar cualquier verdad que haya. Por otra parte, se aquietan y esperan, de manera serena y receptiva. Si las respuestas no llegan de inmediato, sueltan y esperan hasta que sí lleguen, posiblemente cuando menos lo esperen, pues eso sucederá cuando su mente esté relajada y, por lo tanto, sea capaz de recibir. Cuando estén listos para recibir tanto lo mejor como lo peor de ustedes y estén relajados acerca de ambas cosas —no excesivamente ansiosos ni asustados— entonces pueden aparecer las manifestaciones. Si son igualmente receptivos tanto a lo mejor como a lo peor de ustedes y están dispuestos a entender ambas cosas, entonces se establecerán más y más los procesos de crecimiento armoniosos, rítmicos y orgánicos.

El ritmo alternado de iniciar y recibir —de llegar a ser y ser— es la pulsación de su camino, amigos míos. La pulsación equilibrada de las fuerzas de su alma puede venir sólo después de que hayan observado y aceptado temporalmente su desequilibrio, para entenderlo. Como dije antes, esta comprensión los lleva al estado en que la tensión ya no es dolor, de manera que ya no alternan entre el dolor y el placer. Entonces estos opuestos se reconciliarán, y los movimientos pulsantes de tensión y relajación no serán dos diferentes aspectos de la dicha.

Tal vez puedan encontrar de la mejor manera su propio ritmo interno cuando piensen en la pulsación activa como lo mejor que pueden hacer para superar el miedo de enfrentar algo desagradable; dar lo mejor de ustedes para encontrar su

verdadera identidad; contribuir a los procesos de evolución por medio de su participación seria y total en su crecimiento.

Cuanto más encuentren su propio ritmo equilibrado, más crecerá una visión nueva. Esta visión o realización será que viven el noventa y cinco por ciento de su vida consciente respondiendo no espontánea, directa e independientemente a lo que es, sino de acuerdo a reflejos condicionados. Esto será muy impactante al principio, y al mismo tiempo liberador. En el instante del reconocimiento, la vida y el mundo empezarán a abrirse. No me refiero sólo a opiniones y puntos de vista de los que se hacen eco inadvertidamente porque tienen miedo a la responsabilidad de ser fieles a sus propias opiniones y puntos de vista; porque creen que necesitan la aprobación de otros más que su propia aprobación.

Ahora iré más allá de este nivel un tanto superficial, del que hemos hablado suficientemente en el pasado, a algo más profundo y sutil. Lo que quiero decir es que ustedes no se acercan a cada experiencia de vida con una actitud fresca. Están condicionados a responder a ella de cierta manera. Por ejemplo, cuando ven el color rojo, generalmente no lo ven de acuerdo a su propia percepción y experiencia. Lo ven de acuerdo a su adoctrinamiento acerca de cómo ver el rojo; tienen una idea preconcebida de “rojo”. O cuando ven un tulipán, la palabra, el concepto de tulipán ya es un reflejo, así que no experimentan el tulipán como si lo estuvieran viendo por primera vez. Pueden multiplicar el efecto del condicionamiento y calcular la multiplicación infinitamente. Sin exagerar, el noventa y cinco por ciento de sus experiencias — tanto sensoriales como conceptuales — no son sus reacciones verdaderas, libres y espontáneas, sino reflejos preconcebidos. Son el resultado no sólo de lo que aprendieron en esta vida, sino en muchísimas existencias previas. Su psique está llena de una colección de experiencias predigeridas.

Lo más significativo, y que tiene que ver con nuestro tema, es la experiencia del dolor y la frustración. Han sido adoctrinados por milenios con la convicción de que cualquier frustración es

dolor. Por eso es tan difícil hacer la transición de la pulsación placer/dolor de la tensión y el relajamiento al estado liberado en que la tensión y la relajación son aspectos diferentes del placer. A menos que la frustración deje de ser una amenaza para que la personalidad no se acalambre y se encoja en sí misma, no pueden detectar el pulso libre del universo detrás de su cortina de miedo.

Su convicción de que la frustración es dolor y tal vez incluso peligro los lleva a reaccionar de una manera que realmente produce un estado doloroso y peligroso. Sugiero que, a medida que empiecen a observarse y a ser receptivos a lo que salga de ustedes, experimenten con cualquier frustración que les llegue la siguiente vez. Pregúntense: “Aquí está el dolor ahora. Me permito sentir este dolor. ¿Realmente es tan doloroso como simulo?” Me refiero aquí a “simular” en un sentido más profundo. Al convencerse ustedes del dolor, producen oleadas de dolor por su reacción misma, como si la situación fuera verdaderamente tan dolorosa. La tensión se vuelve más dolorosa que el dolor mismo. Una vez que observen sus reacciones desde este punto de vista, les llegarán experiencias extrañas. Dejarán que el dolor y la frustración sean. Dejarán que este movimiento sea por sí mismo. Poco a poco experimentarán que el dolor se convierte en un movimiento placentero de pulsación. Sólo cuando se permitan estar serenos, observadores y receptivos a lo que hay dentro de ustedes, y lo acepten, serán capaces de experimentar este cambio de conciencia. Habitualmente la mente hace movimientos tan frenéticos y de lucha contra el dolor y la frustración que es imposible llegar a la experiencia placentera de la pulsación. Por lo general están demasiado ocupados obedeciendo a sus reflejos habituales y condicionados, en los que responden a lo que creen que es bueno de una manera y a lo que creen que es malo de otra. Así siguen sin experimentar nunca en realidad la vida independientemente, sin experimentar jamás su ser real, esta individualización particular de lo divino. Nunca experimentan las cosas como son en realidad, sin preconceptos ni reflejos sensoriales precondicionados. Sus preconceptos son ilusiones y sólo pueden ser penetrados cuando

se vuelven tanto iniciadores como receptivos a su ser más íntimo. Entonces alternarán entre conocer material nuevo acerca de ustedes y el mundo, y sentirse a sí mismos y al mundo de maneras nuevas. Llegarán a conocer más y más de su verdadera identidad divina. Se les revelará primero como otro ser aparentemente, manifestándose desde algún lugar dentro de ustedes; después, al vitalizarlos más y más, sabrán que él es ustedes, y ustedes, él.

Que esta conferencia sea la siguiente guía en su camino hacia su propio inconsciente y aprendan a aceptarlo tal como se manifiesta, para que establezcan la relación apropiada de tensión y relajamiento en su enfoque de ustedes mismos. Este equilibrio puede cambiar su actitud hacia ustedes mismos y enseñarles a aceptarse tal como son; y gracias a esta aceptación básica, cobrarán impulso y fuerza para seguir adelante. Sus movimientos internos del alma deben vivir estos principios; nunca es suficiente conocerlos, aunque conocerlos suele ser necesario y útil para conducirlos al clima en que se vuelva posible vivirlos. Déjense ser y déjense desplegar con serenidad.

Sean benditos, mis queridos amigos, en todos sus demás esfuerzos en favor del crecimiento espiritual. Cada paso adelante los acerca a la comprensión de quiénes son en realidad y qué es la vida realmente: un continuo que no necesita conocer jamás el miedo a la muerte, un continuo de vida y regocijo. ¡Queden en paz, queden en Dios!



CONFERENCIA ORIGINAL:
Dictada el 10 de mayo de 1968.

EDICIÓN EN INGLÉS:
Mind Activity And Mind Receptivity.
1996

TRADUCCIÓN AL ESPAÑOL:
Margarita Montero Zubillaga.
2018

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.