
CONFERENCIAS DEL GUÍA

179

Reacciones en cadena
en la dinámica de la
sustancia vital creativa



PATHWORK
DE MÉXICO

Reacciones en cadena en la dinámica de la sustancia vital creativa



SALUDOS A TODOS MIS QUERIDOS AMIGOS QUE ESTÁN AQUÍ.

Bendiciones para todos. Que la verdad de estas palabras llegue a su ser más íntimo y siembre una semilla en la tierra fértil de la sustancia creativa de la que nacieron y que los sostiene todo el tiempo, ya que ser es un proceso continuo. El nacimiento no es un suceso de una sola vez. La vida trae frutos nuevos todo el tiempo. Lo que ya nació se renueva siempre, crece y cambia; está en un proceso de nacimiento perpetuo.

En esta conferencia me gustaría examinar una reacción en cadena muy específica; tanto en su manifestación natural, libre y, por lo tanto, positiva, como en su distorsión. En su versión positiva y natural, los eslabones de esta cadena son los siguientes: la abundancia y la generosidad básicas de la vida; su abrumadora capacidad de dar; la actitud similar y, por ende, compatible de la humanidad; el dominio de sí mismos; la capacidad de lidiar realista y constructivamente con la frustración; ser fieles al asunto, al ser y al momento.

Los eslabones de la reacción en cadena negativa son: la limitación y la hostilidad de la vida contra la humanidad; la mezquindad de espíritu defensiva de ésta; la autoenajenación, la reacción falsa y destructiva hacia la frustración; vivir para la aprobación de otros y para impresionarlos o —muchas veces

simultáneamente—para rebelarse contra otros y demostrar así independencia de espíritu.

Hemos examinado ampliamente cada uno de estos eslabones y, en muchos casos, ustedes han trabajado con ellos en su Pathwork. Pero nunca hemos visto la importancia de estos eslabones como un continuo. Por lo tanto, es necesario que hablemos largamente de esto.

La esencia misma de la vida es su fertilidad y su dar verdaderamente ilimitados. Hace brotar experiencias siempre nuevas y más variadas de dicha, autoexpresión y fascinación. Es todo, literalmente todo, lo que la mente puede concebir, incluidas, desde luego, las manifestaciones limitadas y negativas. Si su mente está orientada a percibir y concebir la vida *a priori* como hostil y cruel, eso será exactamente lo que tendrán. Si ignoran la versatilidad y la riqueza de la vida y su capacidad para crear cualquier cosa que ustedes verdaderamente crean y deseen, entonces han caído en una trampa de la que sólo pueden escapar cuando la reconozcan como tal. No escaparán hasta que pongan en tela de juicio su suposición callada —la suposición de que la vida es limitada y negativa— que les parecía tan natural que ni siquiera la habrían notado antes. Entonces reconocerán que existe otra posibilidad, una que podría producir, en efecto, un tipo distinto de manifestación.

Uno casi podría decir que el enfoque equivocado de esta expectativa limitada de la vida es un truco de la mente humana. Entonces, encontrar de nuevo la verdad de ser es un simple chasquido de la mente. La vida continuamente derrama una energía de impacto creativo poderoso que es verdaderamente inconcebible para la mente humana. No obstante, pueden experimentar aspectos o partículas de esta esencia de vida una vez que abren la puerta y la vida empieza a ofrecerles sus regalos. Podría yo añadir que el hecho mismo de que la vida pueda darles en el grado exacto de su expectativa y concepto es prueba de su poder y generosidad ilimitados. Cuando su mente, como parte intrínseca de la vida misma, está orientada de una manera ajena a la esencia de la vida, entonces esta misma

enajenación se experimentará. Sólo cuando la manifestación de la vida y su conciencia parezcan inseparables se cierra la fisura y la vida empieza a ser lo que potencialmente es.

El segundo eslabón de la cadena es su actitud. Ya expliqué que su conciencia, su concepto y su expectativa de la vida influyen directamente en la manifestación de ésta. Cuando estén conscientes de la esencia de la vida, de su riqueza y su generosidad, su actitud será totalmente diferente de la convicción de que la vida es su enemiga. En el primer caso, su ser mismo es compatible con la generosidad de la vida. En el segundo, no es así.

Examinemos esto un poco más de cerca. Cuando existe una convicción negativa, la desconfianza es natural. Ésta crea impulsos y actitudes poco generosos. Es en sí poco generoso sospechar que alguien tiene motivos negativos cuando esta persona tiene una disposición muy favorable hacia ustedes. El principio es el mismo independientemente de que este alguien sea una entidad particular o la vida misma. La actitud desconfiada y poco generosa crea más aspectos negativos y limitantes; por ejemplo, el miedo y la codicia. Tanto el miedo como la codicia provienen de la ceguera y generan más ceguera. La codicia desea amasar egoístamente cuando esto no es necesario en lo más mínimo. Crea una energía cerrada, apretada y muy negativa, y una atmósfera que en verdad excluye a la persona de la vida. Así, es inevitable que la persona experimente carencia, rechazo y frustración. Ella entonces construye defensas contra estas experiencias negativas. Todos ustedes saben lo dañinas que son las defensas y cómo destruyen en efecto lo bueno de la vida que quiera llegar a ustedes.

Si, por el otro lado, saben que la esencia de la vida es generosa, serán abiertos, confiados y generosos ustedes mismos; generosos en su confianza en la vida y en su ser, pues no hay necesidad de retener, de mantener al ser egoístamente apretado. Todos los sentimientos fluirán generosa y valerosamente. Más regalos de la vida le llegan al individuo que entiende la naturaleza de la vida y actúa en consonancia.

Recapitulo: su compatibilidad con la vida radica en confiar en ella y lograr que esta confianza crezca; en saber que es ilimitada y que produce exactamente lo que esperan, de acuerdo con sus actitudes y conceptos. Cuanto más firme se vuelve esta convicción a medida que experimentan repetidamente esta verdad, más confiados, relajados, positivos, creativos y generosos se vuelven. No habrá las defensas mezquinas, las seudoprotecciones y los fingimientos que inevitablemente adopta aquel que desconfía de la vida. Cuando miren más de cerca esas defensas, verán que debajo de ellas reside la duda acerca de la benignidad esencial de la vida.

Siempre que se encuentren enredados en uno de sus problemas, en una de esas batallas neuróticas con ustedes y la vida, son, por lo menos en esa área, negativos en su percepción de la vida y, por lo tanto, desconfían de ella. En consecuencia, instituyen la mezquindad en su enfoque de la vida. Siempre que hay problemas interiores, debe de haber una perspectiva negativa de la vida, desconfianza y actitudes poco generosas hacia la vida y otros. Todos los roles y juegos que hemos analizado ampliamente y en los que estamos trabajando exhiben estas características.

El siguiente paso de la reacción en cadena es el dominio de sí mismo versus la enajenación de sí mismo. Si es cierto que los seres humanos deben prodigarse a sí mismos tan generosamente como la vida se prodiga en todos los seres creados, siempre que se le permita hacerlo, entonces el individuo debe tener el dominio de sí mismo antes de poder prodigarse. Sólo cuando tienen plenamente el dominio de sí mismos pueden darse sin peligro y así encontrar la autorrenovación en el don de su ser. Cada paso de dar parece entrañar el riesgo de perder. Siempre es primero un abismo aparente en el que se arrojan confiadamente, sólo para descubrir que todo riesgo es ilusorio y que darse a la vida es la actitud más segura y realista concebible. Pero esta realidad debe descubrirse corriendo el riesgo ilusorio. Sólo cuando tienen el dominio de sí pueden correr ese riesgo; nunca cuando no lo tienen por completo. Si no tienen el dominio de sí

no tienen nada que dar. Son pobres, pues la riqueza de la vida está en su interior. Cuando ignoran este hecho y construyen sus valores y sus cimientos fuera de ustedes, se empobrecen cada vez más y, por ende, no pueden dar nada. Por el contrario, se esfuerzan por amasar más, tratan de engañar a la vida manipulando las circunstancias de modo que puedan ganar todo lo posible y dar lo menos que se pueda. Desde luego, no hablo aquí de cosas materiales, aunque su actitud hacia ellas puede estar influida por su actitud emocional. No obstante, estas actitudes no son siempre exactamente paralelas.

Lo que me interesa principalmente es el nivel más sutil de los sentimientos. Su actitud hacia el don de sus sentimientos, a diferencia de recibir buenos sentimientos de otros, es el criterio por el que podemos determinar si la reacción en cadena es positiva o negativa en cualquier aspecto de su vida. Engañar a la vida ocurre más frecuentemente en el ámbito de las emociones. La mayoría de los seres humanos—en un sentido o en otro, en mayor o menor grado—desean recibir todo el amor posible, pero en realidad no están dispuestos a darlo, aunque tratan de convencerse de que *amarían* si tan sólo fueran amados primero, y que es espantosamente peligroso amar sin la seguridad de que su amor sea correspondido de la manera exacta en que lo desean.

Esto nos trae al siguiente eslabón de la reacción en cadena. ¿Cuáles son los elementos que determinan el dominio de sí? Son varios, y no podemos examinarlos todos al mismo tiempo. Pero señalaré dos aspectos específicos, que ya se han examinado con anterioridad, aunque no en este contexto. Estos dos aspectos son verdaderamente puntos clave, de modo que el dominio de sí existe indudablemente cuando estos dos aspectos son sanos. El primero es la capacidad de lidiar con la frustración, con la vida que aparentemente les dice “No”. Una cosa es saber teóricamente que cada “No” que experimentan en la vida, no importa de dónde venga y cuán inmerecido parezca ser, es, a final de cuentas, producto de sus propias actitudes; otra cosa muy diferente es experimentar esta verdad. Para hacer esto, deben hacer acopio de una gran voluntad de tener esta

experiencia, lo que no es fácil. Significa superar la muchas veces fuerte tentación de caer en la autocompasión, el resentimiento, las quejas y las acusaciones —abiertas u ocultas— en sus reacciones y expresiones emocionales. Este último camino suele parecer al principio muy justificado e invitador. El primer camino —tolerar la frustración— implica la voluntad de aceptar nuestra premisa, aunque no puedan verla todavía y tal vez tengan que buscar hasta que la verdadera causa se les revele. Hasta que eso suceda, deben tolerar la frustración de una manera productiva.

Hay una manera correcta y productiva, y también una manera equivocada y destructiva, tanto para aceptar como para rechazar la frustración en la vida. El tipo correcto de aceptación automáticamente trae consigo el tipo correcto de rechazo de la frustración. La aceptación correcta es la conciencia y la voluntad de ver que todas las frustraciones son autoproducidas y voluntariamente apartadas de la vista. Por ende, el resultado debe ser tolerado con valor y sin autoindulgencia. Hacer esto fomenta la actitud provechosa de que los errores deben pagarse y de que el pago no es una demanda injusta por parte de la vida. Esta actitud nunca es negativa ni desesperanzada, sino que conduce al tipo correcto de rechazo del sufrimiento. En efecto, la persona expresa esta actitud a la vida: “No hay necesidad de sufrir el resto de mi vida. Estoy dispuesto, con todo mi corazón y con la mejor inversión de mí mismo, a encontrar la causa y cambiarla. Por lo tanto, sé que la vida producirá la realización que deseo y merezco, tanto más porque actúo como un adulto que no reclama dispensas especiales por su ignorancia y su destructividad”. Esta actitud une la aceptación correcta con el rechazo correcto de la frustración.

La aceptación errónea de la frustración conduce al rechazo erróneo de ella, y viceversa. Cuando dramatizan la frustración como si se tratara de la aniquilación de su mundo, pronto se vuelve tan convincente que sienten que se trata verdaderamente de eso; y pueden ocurrírseles razones para que parezca así. Todo el tiempo, el mensaje subyacente de la personalidad es,

en efecto: “Me niego a sufrir cualquier decepción. Debo tener lo que quiero en todo momento, instantáneamente y a mi manera exacta; de lo contrario, me siento perseguido”. La negación de la autorresponsabilidad conduce a la aceptación falsa: desesperanza, resignación, ruina. Cuando la frustración, o la dificultad, o la desilusión pequeña y momentánea se dramatiza hasta convertirla en una tragedia e induce al individuo a tener una perspectiva negativa de la vida, entonces está operando una “aceptación” destructiva. Si un suceso desagradable se convierte en una catástrofe —a menudo sólo en las reacciones emocionales de uno, que no pueden expresarse abiertamente— entonces la insistencia rígida en la manera de uno, la arrogancia para exigir un trato especial de la vida y la exageración de que la dificultad es insuperable y desesperada —en suma, voluntarismo, orgullo y miedo— crean un clima oscuro y discordia en el alma. Vuelven más amplia la escisión dualista. Siempre es fácil perderse en dos opuestos, que son erróneos los dos cuando parecen opuestos reales. Este principio se ilustra claramente aquí. La aceptación y el rechazo de la frustración no son opuestos sino que pueden formar una unidad bella. La actitud que surge de esta unidad expresa todo lo que es compatible con la naturaleza de la vida: un estado relajado y confiado. Esta actitud renuncia a un trato especial; es humilde y generosa al renunciar a la tentación de sentirse víctima y acusador.

Con esta actitud se vuelven activos y el mismo tiempo receptivos, de modo que la sustancia creativa puede empezar a brotar para ustedes. Superarán las limitaciones de la vida. Cuando pueden practicar la manera correcta de aceptar y rechazar una frustración de la vida, tienen dominio sobre sí. Verdaderamente se poseen. Y a la inversa, cuando son tirados hacia la manera equivocada de aceptar y rechazar la frustración en la vida, se enajenan de sí mismos. Pierden su centro, pues sus fuerzas interiores y mejores se desactivan automáticamente por esta combinación errónea. La negatividad así generada paraliza todo lo que en ustedes es esencial para una verdadera individualidad.

El segundo requisito para el dominio de sí es que sean fieles a sí mismos. Esto puede significar muchas cosas. Significa vivir para la verdad del asunto que momentáneamente es problemático; significa ser fieles a sus propios sentimientos, opiniones y expresiones interiores en lugar de los de otros; significa ser fieles a la verdad del momento, que puede estar tan disfrazada por retorcimientos complicados de la mente de todos los involucrados que, de nuevo, exige querer ver una realidad más allá de la aparente. En cualquier situación problemática, las personas sufren más porque no pueden desenredar los muchos pros y contras, los “sís” y los “peros”. Esto siempre es así cuando existe la autoenajenación y se pierde el punto central. El dominio de sí puede recuperarse sólo cuando se exprese la más completa voluntad de ver la verdad más profunda, que siempre concilia los conflictos exteriores aparentes, ya sea dentro de la persona o entre la persona y otros. Esta realidad interna se revela cuando el ser está dispuesto a sacrificar su voluntarismo, su orgullo y su miedo — sus defensas— en favor de lo que es más positivo dadas las circunstancias. De nuevo, esto suele requerir, al principio, una gran cantidad de fuerza de voluntad para rechazar la vía del menor esfuerzo, que es insistir en ver el asunto sólo de acuerdo con los argumentos personales de uno contra la vida, con todas sus quejas, acusaciones y victimización.

Ser fiel a uno mismo elimina la tendencia a someterse a los otros, a adaptarse y apaciguar, cosas que hacen sólo para ganarse la aprobación de los demás. Someterse y apaciguar no conducen más que a fuertes resentimientos y más sensación de injusticia. Deben deshacerse del deseo orgulloso de demostrar que son mejores que otros e impresionar al mundo. Sin embargo, también deben eliminar la tendencia igualmente dañina a demostrar su independencia mediante la rebeldía ciega e insensata. La rebeldía no conduce más a la individualidad que la sumisión a las normas de otras personas, aunque muchas veces se le ve falsamente como fuerza y verdadera independencia. En realidad, un ser que se cierra ciegamente a otras personas es tan débil como el ser que repite

como lo son los valores de otros. En ambos casos se pierde la individualidad porque la verdad del asunto se pierde bajo los escombros de la conformidad falsa o de la rebeldía falsa. La verdad del momento puede encontrarse cuando se eliminan estas dos alternativas falsas.

De nuevo, tenemos dos opuestos aparentes. El tipo correcto de autoafirmación, que acepta el riesgo de ser criticado, conduce a una apertura de mente que puede de verdad escuchar y sopesar de una manera honesta lo que otros tienen que decir, sin preguntar más que una cosa: “¿Es ésta una verdad? ¿Podría ser mi verdad?” Cuando la respuesta es afirmativa deja de ser el valor de alguien más, y se convierte en efecto en el valor y la verdad de uno mismo.

Resumen: Cuando al ser le interesa sólo su apariencia a los ojos de otros, sin importar las circunstancias, carece del dominio de sí. Por otra parte, cuando al ser le interesa sólo demostrar que no le importan los puntos de vista de otros y, por ende, se rebela ciegamente, tampoco tiene el dominio de sí. Se pierden cuando toman cualquiera de estos caminos; ya sea simultánea o alternativamente. Encontrarán su propia esencia si buscan la realidad subyacente y conciliadora, que se revela cuando están dispuestos a renunciar a todas las actitudes negativas y destructivas. Expresen esta voluntad concisamente y pidan ayuda. Si carecen de esta voluntad, examínense; debe haber errores conceptuales graves que obstaculizan la voluntad. Nada puede ser más dañino que negar que el ser está poco dispuesto a abandonar las actitudes destructivas y luego fingir que lo que les pasa es realmente inmerecido.

La abundancia y el generoso don de la vida se desplegará para ustedes y les dará lo mejor cuando ustedes le den lo mejor que tienen comprometiéndose con la verdad del asunto en todo momento, por difícil que sea, o parezca ser, enfrentarla. Sólo entonces pueden ser tan constructivos e ingeniosos como lo desean a fin de experimentar la enorme abundancia y bondad de la vida. De lo contrario, su deseo de felicidad se verá contrarrestado constantemente por un miedo igual a la

felicidad, de modo que la repelen aun cuando se esfuercen por alcanzarla.

Esto no es tan complicado ni, paradójicamente, tan fácil como puede parecer. Las complicaciones cesan cuando se comprometen una y otra vez con la verdad definitiva en cada asunto de su vida. No es fácil en el sentido de que el ego aborrece renunciar a sus fingimientos y sus juegos. Le gusta actuar para un público, aun cuando no haya ninguno.

Si aprenden a manejar la frustración y permanecen fieles a la realidad definitiva de su ser y de la situación, serán un ser que funciona creativamente. Se desharán de los papeles y los fingimientos. Se permitirán sentir y pulsar plenamente, pues esa es la verdad de ser. Aceptarán su propio estado temporal no con desesperación sino con esperanza, porque ésta estará justificada por la positividad y el realismo con los que se miran. Con esta actitud no pueden dejar de descubrir la generosidad de la vida, una vida que les concede su bondad una y otra vez, más allá de sus sueños más fantásticos. La vida reflejará su propia alma en una serie interminable de autoexpresiones nuevas, formas y profundidades nuevas de placer en relaciones unificadoras, retos dominados, fascinaciones nunca sentidas y un bienestar y una paz más profundos. Éstas no son promesas vacías, sino verdades de la vida. Se encontrarán en maneras siempre diversas, con emoción y serenidad, a medida que renuncien a sus actitudes negativas y juegos defensivos.

Cuando están involucrados en la reacción en cadena negativa, la naturaleza limitada y sombría de la vida que experimentan parece la realidad, y palabras como éstas suenan a deseos fantasiosos. Cuanto más tiempo vivan con las defensas de acusar y victimizarse, más real se vuelve la vida limitada y falsa, y más se cierran las puertas de la prisión. Aunque ustedes mismos han erigido esas puertas, de todas maneras son puertas de la prisión que deben ser abiertas por el ser. La realidad aparente, que es falsa, lleva al ser que la creó a profundidades cada vez mayores, de modo que parece casi imposible escapar, pues no se vislumbra nada fuera cuando se han engañado de esa

manera. Todos ustedes deben encontrar el camino de regreso, en su larguísimo viaje, a la verdad de la naturaleza de la vida; deben ver la mala pasada que les jugó su mente enfocándose sólo en las visiones negativas de la vida, y desarrollando así actitudes negativas y experimentando la vida exactamente como la perciben. El ser humano promedio está inmerso en este truco de la mente en algunas áreas. Se hace referencia a estas áreas como los “problemas” de uno. Pero cada persona no está en modo alguno negativamente involucrada en todas las áreas de su vida. Sería un error que vieran la reacción en cadena, ya sea positiva o negativa, como la única verdad de la condición de ustedes; descubrirán que tienen ambas. En algunos individuos la positiva es más fuerte, en otros, la negativa.

Miren un área de su vida en la que se sientan satisfechos y felices. Verán que su concepto y expectativa de la vida en esta área es positiva. Esto no se debe a que la vida haya sido buena con ustedes. Es al revés. Como tienen confianza en la riqueza de la vida en esta área, están relajados, confiados, sin miedo. No se sienten fácilmente amenazados ni asustados. Mantienen una actitud positiva, aun si hay dificultades y decepciones ocasionales, que más o menos dominan cuando surgen. Así, lo bueno que les da la vida les cuesta menos y menos esfuerzo y se autopropaga. Si miran de cerca, verán que, por lo menos en esta área específica, pueden darse el lujo de ser ustedes mismos; no están tensos ni ansiosos, ni especialmente preocupados por lo que otros piensen de ustedes a este respecto. Se poseen a sí mismos y, por ello, pueden darse el lujo de ser generosos y darse. No son ni sumisos ni rebeldes. Consideran las ideas o los consejos de otros por lo que son, y los aceptan o los rechazan sin miedo a disgustarlos.

Al mismo tiempo, tal vez haya otra área en ustedes en la que las condiciones sean totalmente diferentes y la cadena negativa se manifieste. Los seres humanos cuyas reacciones en cadena son sólo positivas, o sólo negativas, son la excepción. Los primeros son personas autorrealizadas; los segundos no pueden funcionar para nada en la realidad. Viven fuera de la sociedad

y tal vez estén en la cárcel o sean enfermos mentales. La mayoría de los seres humanos se ubican en algún punto medio. En su interior operan algunas reacciones en cadena positivas y algunas negativas. Su camino de crecimiento reside en descubrir las últimas y transformarlas en las primeras. Cuanto más tiene lugar este proceso, más cerca está la autorrealización.

Si se ven desde este punto de vista y realmente trabajan con sus reacciones en cadena, amigos míos, la batalla será enorme al principio. Hacer el cambio de la reacción en cadena negativa a la positiva parece imposible. En esta batalla tienen que considerar que hay otra realidad más allá de la que experimentan. Será más fácil entender esta verdad cuando se hayan dado cuenta primero de una reacción en cadena positiva dentro de ustedes. Entonces tendrán una buena base para comparar los dos tipos de reacciones en cadena. Sin embargo, no deben hacer esta comparación superficialmente. Si la hacen con profundidad y sienten los eslabones, tendrán una clave para entender sus problemas.

Cuando reconozcan completamente su creencia negativa acerca de un área específica de su vida, y cuando se perciban con la suficiente profundidad con la ayuda de la meditación, verán, al principio sólo de una manera muy sutil, que es tentador creer en lo negativo. Después de un tiempo percibirán que esta actitud es en realidad muy fuerte y obvia, y no de manera alguna sutil. La tentación consta de una diversidad de sentimientos y actitudes. Por ejemplo, parece seguro esperar lo peor para que uno no se decepcione. Esto es especialmente importante debido a su incapacidad de lidiar con la frustración. También hay un elemento de resentimiento en esta expectativa negativa de la vida, como si quisieran culparla de ser malévola. Éstos son, tal vez, los aspectos más importantes de la fascinación y atracción de una perspectiva negativa. Si no pueden renunciar a esta satisfacción, no pueden esperar salir del ciclo de falsa fatalidad. Ésta debe ser cuestionada, y sólo ustedes pueden hacerlo. Cuanto más expresen el deseo y la firme intención de ver otra realidad más grande detrás de aquella a la que están acostumbrados,

más infaliblemente la percibirán. Gradualmente al principio, y con interrupciones, verán el vago esbozo de un nuevo paisaje, un nuevo panorama. La experiencia, aunque tenue al principio, se sentirá más real que cualquier cosa que jamás hayan conocido. Debe recapturarse una y otra vez, pues la vieja fascinación con la creencia negativa está profundamente arraigada. Deben romper el hábito de la expectativa negativa vez tras vez. Es probable que experimenten algo como lo siguiente: Una situación limitada y al parecer sin esperanza parece ofrecer pocas alternativas; generalmente una buena y una o varias indeseables. Si lo que consideran la situación deseable —y puede ser en realidad deseable— no se presenta, sucumben a la tentación de jugar al juego de la fatalidad con la vida, fortaleciendo así una reacción en cadena negativa. Pero una vez que hayan cuestionado su perspectiva negativa y empiecen a concebir posibilidades nuevas, puede surgir una situación completamente diferente. Tal vez no sea el resultado ideal; ese puede exigirles que superen más obstáculos dentro de ustedes y entrañar más esfuerzo y paciencia. Pero en el proceso mismo de atravesar estos pasos yace en efecto la plenitud que desean. A menos que den estos pasos la plenitud es imposible.

Su nuevo panorama les brindará sentimientos profundos de dicha, realidad y significado. El resultado deseado será verdaderamente su propia producción y no algo que se les entregó de fuera de ustedes. Por lo tanto, se asirán a él y a la vida, y no tendrán miedo de perder este asidero. El control es de ustedes, independientemente de cómo estén otros involucrados en la situación. Ellos pueden fallar, pero ustedes siempre pueden recurrir al camino hacia la seguridad y la dicha.

Éste es otro punto importante: No se dejen confundir por las expectativas limitadas de alternativas posibles. Es muy importante que permitan a su mente ser flexible y abierta. No cierren las puertas con ideas preconcebidas; más bien dejen que la vida les presente sus múltiples posibilidades, que tal vez ni siquiera noten cuando están orientados a percibir sólo unas cuantas. Tienen que abrirse ampliamente a otras posibilidades

distintas de las que conciben. Cuando puedan aceptar un “No” como respuesta, tendrán flexibilidad. Verán con cuánta frecuencia el “No” se convierte en “Sí”, una vez que se le entienda perfectamente.

Todos ustedes, los que siguen este Pathwork intensivo, deben usar esta llave. Aunque cada eslabón de la reacción en cadena no sea, en sí, un descubrimiento nuevo, su conexión y continuidad revisten una gran importancia. Verán algo acerca de ustedes que necesita ser clarificado, de modo que “cambiar de carril” se vuelva más fácil. Pueden hacer que una realidad nueva se despliegue para ustedes.

Llévense esta conferencia a su ser más íntimo y trabajen con ella. Examínense para encontrar estas reacciones en cadena. Veán cómo operan en su vida las positivas y las negativas. Sean benditos cada uno de ustedes. Reciban el amor y el poder que fluyen a su corazón y a su mente. Queden en paz.

APÉNDICE

Un historial médico

De acuerdo con las enseñanzas del Guía, todo nuestro destino es autocreado, ya sea que vivamos con felicidad o infelicidad, plenitud o desgracia. Este concepto metafísico básico puede parecer aceptable en teoría, pero al principio es extremadamente difícil de percibir como una realidad práctica que opera aquí y ahora. Parece especialmente duro de aceptar cuando se trata de enfermedades mentales.

No obstante, en el curso de años de experiencia en este Pathwork, hemos descubierto que el concepto de circunstancias autocreadas es cierto en muchos sentidos. Los pensamientos ocultos y superficialmente examinados, cuando finalmente se miran bien, revelan el deseo de enfermarse, de morir, de pasar por cualquier tipo de sufrimiento del cual la persona se queja más amargamente. Una vez que han comprobado que en realidad quieren lo que más temen y a lo que más se resisten,

hay una salida, aunque el descubrimiento de este hecho asombroso en modo alguno los induce a renunciar instantáneamente al deseo oculto. Es un deseo tenaz y destructivo, con motivos muy definidos que deben ser desenterrados, explorados, desafiados y confrontados con la realidad...la realidad que no habían previsto.

En cuanto a la enfermedad mental, tuvimos la primera prueba práctica de este concepto básico hace algunos años. Una mujer que había entrado y salido de instituciones para la salud mental acudió al Guía. También había recibido tratamientos de choque. Fuera del hospital demostró ser inusualmente inteligente, incluso muy brillante, como suelen serlo estas personas. Esta mujer le hizo al Guía varias preguntas relacionadas con su enfermedad. El Guía le dijo: “Usted quiere estar mentalmente enferma. Tiene sus propias razones para ello, que debe reconocer y sopesar si desea algún día dejar atrás su enfermedad. Primero, entienda que cuando ‘decide’ desquiciarse, puede hacer una elección distinta. Puede reclamar este derecho para sí. Pero una vez que deja ir el momento de la elección, se pierde y se vuelve indefensa y ya no puede encontrar la conexión con sus propios procesos. Debe desandar el camino hasta el punto en que sepa que *usted* decide, no algún poder sobre el cual no tiene control”. La mujer saltó de emoción, completamente consciente de lo que se le había dicho.

Recientemente vimos una demostración más explícita de que la teoría de la autodeterminación y la elección propia es cierta. Uno de los miembros de nuestro grupo era un psicótico “borderline” (límitrofe), que entraba y salía de la realidad. Cuando llegó a trabajar en el Pathwork, estaba drogado con tranquilizantes y era incapaz de sentir nada salvo la ansiedad más intensa cuando no estaba bajo la influencia de estos medicamentos. Completamente incapaz de lidiar con la vida, había desertado de la universidad. Era incapaz de establecer relaciones. Se sentía constantemente amenazado por las personas, por cualquier cosa y por todo. Sin embargo, pese a la severidad de su enfermedad, su inteligencia excepcional, su

buena voluntad, su honestidad, su perseverancia y su valentía para encontrar una salida han arrojado resultados sorprendentes. Durante aproximadamente dos años ya ha prescindido de los tranquilizantes. Terminó la universidad y ha tenido un empleo por más de un año. No obstante, su capacidad para establecer relaciones es todavía prácticamente nula, por lo que a veces le cuesta muchísimo trabajo conservar su empleo. Sus desconfianzas y miedos le producen una tensión insoportable, de modo que las fluctuaciones en su estado anímico son a veces sumamente dolorosas. Con todo, ha progresado en esta área también, en el sentido de que se ha vuelto consciente de que su miedo a los otros es, en gran medida, el resultado de su propia hostilidad y rabia. Parecía incapaz de moverse de este punto hasta que hace unos cuantos días tuvo lugar un suceso significativo. En una serie de tres sesiones sucesivas pudo, por primera vez, expresar libremente sus pensamientos, sentimientos y deseos irracionales. Esto lo llevó a la conciencia de que deliberadamente escoge su estado enfermo, por sus propias razones.

Le pedimos permiso a este joven de reproducir el resumen de la última sesión, que demuestra claramente cómo se metió intencionalmente en este estado de infelicidad. La mayor parte del tiempo había estado desconectado de este conocimiento, de manera que se sentía víctima de circunstancias más allá de su control. Pero hubo momentos en que, como él lo reconoció, sabía más o menos lo que estaba haciendo sin, no obstante, tomar en cuenta su proceder ni las consecuencias de éste. Admitió que gran parte de su arrogancia y de sus maneras aterradoras era una táctica para controlar a otros.

He aquí las notas de su última sesión, que resumen la actitud interior responsable de su enfermedad:

“Odia tanto a sus padres que los castiga destruyéndose. Sin embargo, no quiere destruirse por completo, sólo hasta el punto de mantenerse vivo. Se llama a sí mismo un “final abierto”. Hace esto pese al hecho de que este tipo de vitalidad es doloroso, poco gratificante y limitante. Ésta es su venganza.

Quiere que sus padres se sientan culpables: quiere que se preocupen; quiere que se adjudiquen la culpa de haberlo echado a perder; quiere que paguen por él y se responsabilicen de él en todos los sentidos: económico, emocional y espiritual. Les exige, al mismo tiempo que se destruye, que lo sanen y lo hagan feliz. Esto, desde luego, es una imposibilidad por la cual los culpa y los odia aún más. Transfiere esta misma actitud a su *helper*, al que también castiga por su lamentable estado y de quien espera una cura mágica, mientras sigue destruyéndose con más ahínco aún. [Esto es cierto pese al hecho de que, en otro nivel, se esmera en su Pathwork.]

“Pudo ver la irracionalidad y completa destructividad de esta actitud una vez que la puso al descubierto. Puede ver que el precio que paga por la dudosa satisfacción de castigar a sus padres es tan horrendo que no se puede evaluar completamente de una sola vez. Padece el peor sufrimiento, culpa y soledad. Sacrifica el placer, la plenitud, el amor, el crecimiento y la realización de sus potenciales; literalmente sacrifica y desperdicia su vida por puro odio y deseo de venganza. Además, al hacer demandas mutuamente excluyentes que no pueden cumplirse — virtualmente destruyéndose y luego esperando que otros le den salud y felicidad— se coloca en una situación de impotencia y se queda atrapado, pues en ese punto ya no está consciente de esta contradicción. Ahora empieza a ver que su desesperanza es el resultado directo de desear su propia destrucción. Su odio crece hasta el punto en que se siente victimizado e impotentemente atrapado en su propia prisión.

“Su razón de este odio es especialmente irracional. Una de las cosas por las que más culpa a sus padres es que no se le permitió hacerle el amor a su madre. En el estado ciego y poco consciente de este resentimiento no pudo examinar por qué se sentía tan lastimado. Supuso falsamente que se le consideraba especialmente indigno. También empieza a ver que cualesquiera que hayan sido los problemas emocionales reales que tenían sus padres, la resultante falta de calidez y comprensión de parte de ellos tampoco justifica tanto odio.

En el momento en que ve esto, también ve que su culpabilización es totalmente exagerada. Ahora está en el punto de renunciar a este odio contraproducente, para poder empezar a vivir. Una vez que se decida por la vida, la autorresponsabilidad ya no le parecerá indeseable, sino que, de hecho, será el privilegio de una persona verdaderamente libre”.

Al final de esta sesión, nuestro amigo dijo que todavía se siente incapaz de renunciar a este terrible juego con la vida. Pero se siente más cerca de ello, casi tocando “el agua de la vida”, como dice él, extendiendo una mano.

Todavía puede necesitar considerable trabajo y esfuerzo para comprender mejor los errores conceptuales profundamente arraigados que lo hacen querer seguir jugando a este juego. Pero ahora hay una nueva esperanza. El camino es claro, en caso de que lo “olvide” temporalmente de nuevo.

El punto de vista aceptado para tratar a los enfermos mentales es que la enfermedad es el resultado de factores fuera del control del paciente: la infancia, los padres e incluso factores hereditarios. Todos estos factores existen, pero si fueran efectivamente los responsables del estado del enfermo mental, no habría ninguna salida. La única manera permanente es reconocer que la persona produce su propio estado. No es un camino fácil, pero sí el único que promete soluciones verdaderas.

—Eva Broch



CONFERENCIA ORIGINAL:
Dictada el 16 de enero de 1970.

EDICIÓN EN INGLÉS:
Chain Reactions In The Dynamics Of Creative Life Substance.
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.