
188

CONFERENCIAS DEL GUÍA

Afectar y ser afectado



PATHWORK
DE MÉXICO

Afectar y ser afectado



SALUDOS Y BENDICIONES PARA TODOS USTEDES, MIS QUERIDOS AMIGOS. Todos somos amigos. Existe entre nosotros una conexión interior profunda, ya manifiesta o potencialmente allí, en el plano de la realidad interior. Donde todavía es sólo una potencialidad, es ciertamente posible realizarla. Nuestro propósito es encontrar el núcleo de su ser real y, por ende, de su existencia real. La existencia real es luz y belleza. En la existencia real no hay nada que temer. La guía que les he dado en todos estos años los dirige, paso a paso, por el laberinto de sus ilusiones, el laberinto de sus miedos ilusorios a la vida, al ser. Todos los pasos que dan para evitar reconocer que ustedes, de hecho, experimentan este ser ilusorio los enajenan de su núcleo, de su verdadera existencia en la dicha, en la que saben que no hay nada que temer. Pero deben atravesar el miedo para descubrir que es una ilusión y para decidir si desean o no seguir viviendo con la ilusión. Renunciar a ella requiere esfuerzo y la disposición a cambiar y a aventurarse con modos desconocidos de vivir y de ser.

¿Cuál es el miedo, amigos míos? Éste existe en muchas formas y variaciones, pero hay un común denominador; temen los aspectos destructivos y demoniacos de las partes temporales y distorsionadas de su ser interior. Su conciencia, en su

separación, no puede reconciliarse con estos aspectos destructivos. No puede ni sabe cómo aceptarlos. Tiene miedo de ser abrumada por las energías destructivas sólo porque nunca las ha aceptado. Su conciencia es demasiado orgullosa e impaciente, está demasiado orientada a la visión y al pensamiento limitantes para abrir un espacio a todos los opuestos que existen dentro del alma humana. Y así, debido a la tendencia limitante de su conciencia, los opuestos no pueden trascenderse. Sólo cuando la distorsión se acepta plenamente puede transformarse de vuelta a su estado original...a la hermosa fuerza creativa que los llena de energía y les da poder y dicha. No puede haber un camino a la realidad de la dicha a menos que renuncien al pensamiento fantasioso que les resta la voluntad de hacer frente a los aspectos irracionales y destructivos de sí mismos.

Esto me trae al tema de la conferencia de esta noche. Me gustaría examinar en particular cómo afectan su ambiente cuando operan desde el nivel destructivo de su ser. ¿Cómo afectan a otros? Y, a la inversa, ¿cómo son afectados por otros que actúan desde sus niveles destructivos? Este tema tan complicado e importante no es fácil de comprender. Podrán conectarse verdaderamente con él y hacer algo útil para ustedes sólo cuando hayan adquirido cierta cantidad de percepción interior del ser irracional y primitivo que llevan dentro. Cuando alcancen el punto en el que ya no necesiten negar, proyectar y defenderse contra esta parte mala, cuando puedan admitirla claramente, entonces podrán lidiar de verdad con las complicaciones que surgen de la interacción humana en los niveles ocultos de su destructividad e ignorancia y en los de otros.

Todos los seres humanos sufren de un conflicto y un dolor básicos; aunque los individuos estén conscientes de ellos o no, siempre existen. De nuevo, cuanto más conscientes estén de ellos, mejor podrán encararlos y lidiar con ellos, y más pronto los resolverán. El conflicto es el siguiente: En el nivel primitivo e irracional odian y quieren destruir sin motivo, y difícilmente saben ya por qué odian y quieren destruir. En este nivel son

totalmente egotistas y, por lo tanto, están poco dispuestos a aceptar cualquier frustración, pequeña o grande; están poco dispuestos a lidiar con ninguna dificultad y, por lo tanto, no pueden afirmar su personalidad efectivamente. Cualesquiera que sean las razones, el odio irracional y el deseo de destruir existen en todos y cada uno de los seres humanos.

Se las arreglan para no estar conscientes de su odio y su destructividad, y esa es la raíz de todas las enfermedades y sufrimientos emocionales. A medida que progresan en la disciplina de encararse, se vuelven más capaces de aceptar su destructividad y trascenderla. Al volverse más conscientes, también deben lidiar con la confusión de su culpa. La culpa oculta es devastadora porque crea un círculo vicioso por sí misma que mantiene la destructividad. Cuanto más culpables se sienten, más ocultan lo que los hace sentir culpables y menos capaces se vuelven de disolverla y transformarla. Esta incapacidad, a su vez, aumenta la culpa. Cuanto más se ocultan de sí mismos, más se frustran y se privan de lo buena que debe ser la vida; por ende, se enojan más y se vuelven más destructivos. Aunque no se manifieste en actos abiertos, su llamada culpa inconsciente los lleva a acciones y actitudes de odio manifiesto que rechazan a otros y a la vida y, al bien de ser.

Ahora bien, ¿cómo ha de manejarse esta culpa? Hay dos escuelas básicas de pensamiento que han existido a lo largo de todas las edades. Una dice que no son responsables de sus sentimientos ni de sus actitudes no manifiestas. Que sólo son responsables de sus acciones. Así que, si odian y desean matar y destruir, no necesitan sentirse culpables de eso.

La otra escuela de pensamiento dice que los pensamientos y las actitudes son realidades vivas y tienen un efecto en otros. Por lo tanto, existe una culpa verdadera por estos pensamientos y actitudes. Además, debemos considerar si la tendencia oculta a ser destructivo puede no afectar sus acciones para nada. Acabo de decir que es impensable que el odio oculto no se manifieste de alguna manera, aunque la personalidad se abstenga de hechos activos. Refrenarse de amar y dar es

también una acción. Con gran frecuencia, el odio negado se manifiesta en una pasividad aparentemente inofensiva que parece ser dirigida “sólo” al ser. Pero el odio furioso subyacente evita actos de amor y de generosidad; evita que uno contribuya a la vida. Así pues, al final de cuentas, todos los actos fluyen de la sustancia y la energía subyacentes de la persona.

Estas escuelas de pensamiento o enfoques aparentemente opuestos existen en todos y generan mucha confusión. ¿Cuál es verdadero? ¿Cómo manejan esta cuestión? Antes de que podamos hablar más de la interacción mutua entre seres humanos, esta cuestión debe aclararse. ¿Pueden ser ciertas ambas alternativas? ¿Son mutuamente excluyentes?

Deben entender que su culpa por su ser primitivo destructivo es más destructiva que la parte mala misma. Deben aceptar esta parte de ustedes a fin de disolverla. También hay una vasta diferencia entre un acto abierto de destrucción y la existencia mental y emocional de este aspecto en la humanidad. Esto es cierto pese a lo que dije antes acerca de los efectos e influencias de las actitudes ocultas. Sin embargo, asumir la culpa autodestructiva y autoerosionante por la destructividad oculta empeora mucho las cosas. Debido a esta culpa se aniquilan y entonces se vuelven más destructivos. Se prohíben vivir.

No obstante, sus pensamientos, sus sentimientos, sus deseos y actitudes sí tienen poder. Pueden reconciliar estas verdades aparentemente opuestas sólo mediante sus intentos honestos de volver consciente su destructividad sin justificarla con la destructividad o la limitación de otros. En el momento en que hacen esto, inactivan la destructividad, sin negarla ni esconderla. Cuando niegan su malevolencia y su egotismo, generan problemas para ustedes y otros. Por ejemplo, cuando están en la negación, necesitan culpar y acusar para hacer a otros responsables de lo que ustedes se sienten demasiado culpables para enfrentar francamente. Incluso ustedes, que trabajan tan diligentemente en este camino, se enfocan en el mal real e imaginario de otros para negar el suyo propio. Distorsionan y exageran para falsificar. Lidian con medias

verdades, pues lo que emplean como argumentos contra otros puede incluir elementos de un mal real en ellos, pero éstos no son responsables del sufrimiento de ustedes. Su insistencia en que lo son es una profunda manifestación de dependencia y de negar la autorresponsabilidad. En efecto, ustedes dicen: “Soy dependiente del mal de otros o de la ausencia de maldad en ellos”.

No es difícil ver el embrollo en que esto los mete. Si en un nivel semiconsciente lanzan este mensaje a la vida, en un nivel más profundo de su inconsciente deben pagar el precio y seguir hasta el final. Entonces también deben expresar a la vida: “Mi maldad es responsable del sufrimiento de otros”. Así, fluctúan entre la dependencia infantil, con la ilusión de que son impotentes frente a las ofensas de otros, y la omnipotencia, con la ilusión de que otros son victimizados por la limitación de ustedes.

Y a la inversa, en el momento en que asumen plenamente la responsabilidad de su propio sufrimiento buscando sus propias distorsiones y tendencias destructivas, se liberan de la culpa independientemente de lo equivocados que puedan estar otros. Sabrán por experiencia personal que así como pueden ser afectados por la destructividad de otros sólo en el grado en que ignoren sus propias negatividades, así también pueden ser afectados otros sólo en el grado en que ellos nieguen las suyas.

Admitir su propio ser irracional sin convertirse totalmente en él, los hace libres. Concentrarse en los males de otros es un acto destructivo en sí y vuelve imposible que realmente luchen contra el mal en ustedes. No quiero dar a entender que deben asumir la única responsabilidad en un conflicto y lavar la imagen de la otra persona. Siempre que haya una interacción negativa, ambos deben compartir la responsabilidad. Pero comparar y medir su propia responsabilidad con la del otro a fin de volverse víctimas en el nivel emocional equivale a la negación de su propia parte, aunque digan de labios para afuera que también contribuyeron a la interacción. Lo que invariablemente sucede cuando buscan su propia contribución

a una interacción negativa es que empiezan a ver que ambos se afectan uno al otro desde sus niveles destructivos. Entonces verdaderamente comparten la responsabilidad. Esta comprensión es sumamente liberadora. Los libera de una culpa autocorrosiva sin quitarles la responsabilidad que les pertenece. Les permite ver y expresar la parte de la otra persona en el efecto mutuo sin convertirse en un juez acusador y autovictimizante. Esto tiene un efecto saludable y por lo general vuelve efectivas sus expresiones, si la otra persona está dispuesta a comunicarse honestamente. Si la otra persona no está dispuesta, esto ya no les significará una frustración debilitante. Ya no dependen de demostrar su inocencia. Ven y conocen la verdad. El conocimiento claro los fortalece y disuelve la energía negativa. Cuando esconden su malignidad detrás de la malignidad de otros, invariablemente se debilitan y su lucha es ineficaz. La lucha eficaz, la agresión sana, se vuelve posible sólo cuando dejan de esconderse de su propia percepción interior honesta y de su propia destructividad; cuando dejan de ser hipócritas en éste, el más sutil de los niveles.

Así que ya ven, amigos míos, las orientaciones aparentemente opuestas se reconcilian con la llave que constantemente les recomiendo: encaren su maldad —su irracionalidad y sus aspectos primitivos y destructivos— sin perder de vista el hecho de que éste es sólo un aspecto menor de ustedes. Si se identifican completamente con su parte oculta y destructiva, es imposible que vivan y asuman la responsabilidad de ella. Sin embargo, cuanto más la oculten, más creerán secretamente que éste es su ser real, su única verdad. Cuando la sacan a la luz, caerán en la cuenta de la maravillosa realidad de que son mucho más de lo que han creído secretamente. Al usar esta llave, ya no exteriorizan el mal, directa o indirectamente...no propagan el mal. Pueden lidiar directa y efectivamente con sus malos pensamientos, sentimientos y deseos cuando los reconocen. En el momento en que los niegan, el veneno se esparce de ustedes a otros y a través de su propio sistema psíquico y físico.

Pueden verificar todos los días de su vida, si en verdad miran sus interacciones en sus relaciones, que la llave de la vida es el reconocimiento honesto de su parte primitiva y destructiva. Esta llave los volverá capaces de sostener la dicha del mundo real, que constantemente trata de comunicarse con ustedes, y que ustedes ciegamente tratan de repeler al tiempo que niegan temerosamente su negatividad.

Hablemos ahora de cómo afectan a otros desde sus niveles de ser positivos, autorrealizados y purificados. Estos niveles claros y libres, donde están en la verdad y el amor —donde dan de sí pero también son fuertes y asertivos y no permiten que la destructividad de otra persona los dañe— tienen un efecto fuerte en su ambiente. El efecto se manifiesta en todos los niveles. En el nivel de las acciones y las palabras tienen una fortaleza particular, una influencia directa para el bien, y ponen un ejemplo, aunque su fortaleza sea en ocasiones malinterpretada. Los que traten de hacerlos responsables de su sufrimiento y les adjudiquen su malignidad se verán frustrados porque ustedes han aprendido a enfrentar su ser destructivo. Algunas veces su libertad causará resentimientos, pero a la larga tiene un efecto purificador. En niveles inconscientes, las energías que emanen de ustedes tienen un efecto aún más fuerte. Su pura energía puede penetrar la turbiedad y dispersar el veneno de la negatividad de otros. Así, una persona libre puede rodear las capas de maldad y activar lo mejor en otros. Esto puede dar a las otras personas una noción de lo que pueden ser, para que ya no tengan que ocultarse de sí mismos.

En cualquier grado en que sean así liberados, en ese grado pueden disolver el mal en ustedes y en otros. Afectan los niveles igualmente liberados de la libertad psíquica de otros, de modo que se genere cada vez más una maravillosa energía. Esta energía se multiplica y se difunde, uniéndose con otras corrientes de energía similares. Esto genera un impulso. Se filtra por la turbiedad y la oscuridad que las negatividades crean. Penetra los venenosos muros de separación creados por la ignorancia, la ilusión y la malignidad. Y ustedes saben ahora de qué

depende esta fortaleza que tienen: constantemente reconocer la destructividad irracional que los habita.

Cuando están en un estado intermedio, usando a veces esta llave pero otras veces no, habrá una batalla fluctuante entre ustedes y otros en los niveles inconscientes. Allí donde su estado liberado es aún débil, puede sucumbir a la ferocidad de la culpabilización de una persona que todavía niega fuertemente su autorresponsabilidad y, por lo tanto, exagera su acusación farisaica. En otros casos y relaciones, su fuerza verdadera liberada puede conquistar al ser negativo debilitado de otra persona —cuyas proyecciones y acusaciones no pueden contrarrestar cuando ustedes mismos están en el estado de negación y acusación, pero que fácilmente pueden contrarrestar cuando se liberan al reconocer su propia destructividad— aunque sólo sea hasta cierto grado.

Cuando los niveles inconscientes de dos personas se afectan entre sí, deben tomarse en cuenta los estados variables y fluctuantes de ambos. En cualquier momento dado, el resultado es determinado por el grado en el que la llave de la vida es usada por cualquiera o por ambos. La guerra y la destrucción mutua es el resultado final de que dos entidades —naciones o individuos— no usan la llave. Cuanto más usen esta llave y dejen de esconderse detrás de los males de otros, tanto más fortalecerán su ser entero y permitirán que su ser real se manifieste. Esto a su vez se combinará con los aspectos liberados de otros y los alentará, trascendiendo al mismo tiempo sus negatividades. De este modo, los ayudarán a entender que sus aspectos negativos no son toda su realidad y a experimentar sus seres reales más allá de esas negatividades. Esta interacción no ocurrirá necesariamente por lo que digan, sino por cómo afectan su ser. Asimismo, lo que digan tendrá un impacto diferente. Cómo lo digan, cómo actúen y cómo los sientan otros estará determinado por cuánto aceptan ustedes sus propias negatividades. De ese modo difundirán el bien.

Su destructividad no reconocida y proyectada afecta inmediatamente a su contraparte en otros. La acusación mutua,

la culpabilización farisaica, la compulsión de esgrimir argumentos contra el otro: todas estas tácticas evasivas generan la lucha y el conflicto, el dolor y la confusión.

Ahora invirtamos el proceso. ¿Cómo son afectados ustedes por otros? Muchos seres humanos viven con cierta dosis de armonía y fuerza, después de trabajar en sí mismos al punto en que ya no inician la destructividad. La mayoría de los humanos se hallan todavía en el estado de defensa temerosa, aunque no haya una causa para ello y cuando están en contacto con aquellos que están dispuestos a darles amor y ayuda. De este modo, difunden el mal al estar cerrados a la verdad y al amor, al dar y recibir. Pero muchos otros seres humanos ya no están en este estado y se encuentran, como dije, lo bastante libres para dar lo mejor, sin defensas. Sin embargo, esto no los vuelve todavía inmunes a la destructividad de otros. Pueden ser fácilmente afectados por los pensamientos y sentimientos negativos inconscientes de otras personas, y por su energía contaminada; así, permanecen victimizados y dependientes. Es como si le expresaran a la vida: “Exijo la perfección en mi ambiente, para poder permanecer en lo que he ganado; para poder quedarme en mi estado clarificado y dichoso”. Cuando éste es todavía el caso debe hacerse mucho más progreso, pues la verdadera inmunidad a la destructividad de otros llega sólo cuando esta dependencia deja de existir. Cuando la negatividad de otros sí los afecta, debe de haber baja autoestima y culpa en ustedes como resultado de no haber enfrentado todas sus confusiones e impulsos destructivos. No importa cuánto lo hayan hecho, todavía hay áreas poco claras; de lo contrario no serían tan vulnerables ni se verían tan afectados por la maldad de otros. Esto significa que todavía deben regresar a la vida terrenal y vivir en esta esfera de dualidad donde deben batallar con los opuestos: el placer y el dolor, la vida y la muerte, el bien y el mal. No pueden trascender estos opuestos mientras no usen la llave de la vida.

Cuando están tan afectados por las negatividades de otros, deben explorar qué los vuelve tan vulnerables. Esta dependencia

y esta vulnerabilidad en el nivel psíquico corresponden a una refutación de la autorresponsabilidad y a la insistencia en culpar a la vida o a otros de su sufrimiento.

Debe de haber un área en la que no se encaran honestamente, pues si lo hicieran por completo, la energía y la emanación de otros serían del todo ineficaces contra ustedes. No necesitarían construir defensas falsas que repelieran todo para que nada les llegara. Después de todo, una razón por la que se construyen estas defensas es para evitar el dolor de la crueldad y la hostilidad de otras personas, las demandas injustificadas que le hacen al mundo y, por lo tanto, también a ustedes. Pueden estar muy conscientes de este miedo, pero sólo en forma gradual empiezan a explorar y descubrir que estas defensas evitan todo y cualquier cosa que la vida tiene para darles tan abundantemente. Así, las defensas van en detrimento suyo. Impiden que la vida buena les llegue, y que lo mejor de ustedes le llegue a la vida, llenándolos de lo mejor que hay: sus propios sentimientos buenos.

Cuando abandonan sus defensas, pueden fundirse con la vida, fundirse con las sustancias psíquicas de otros, intercambiar amor y verdad. La verdad universal se manifiesta de manera única en cada individuo. La variedad de manifestaciones da a la experiencia de vivir una emoción especial, sin perturbar la profunda paz interior de uno. El flujo del intercambio los enriquece tan profundamente que no hay palabras para describirlo. Es el opuesto exacto de vivir encerrados entre sus muros defensivos, que los separan por completo y crean una gran soledad. Estas defensas crean una existencia muy dependiente, limitada y doliente.

Por otra parte, no pueden vivir completamente expuestos como lo están ahora porque no han explorado los niveles de su ser donde culpan a otros por su malignidad ya que ustedes evitan encararse a los suyos propios. En este estado son sumamente vulnerables —lo que podrían racionalizar con la orgullosa afirmación de que son “sensibles”. Pero esta sensibilidad no es la señal de una individualidad única en el sentido divino. Es una

distorsión en sí misma y, como tal, innecesaria. En este estado “sensible” todo los lastima y los penetra. Si no usan repetida y vigorosamente la llave que les doy, necesitan absolutamente sus defensas destructivas que los dejan fuera de la vida.

Les corresponde la tarea de encontrar un modo de ser en el que estén adecuada y realísticamente defendidos, y no autodestructiva e irrealmente. La defensa realista y adecuada contra el mal de otros es la confrontación diaria, directa, determinada y completa del suyo propio. Las señales de su mal oculto siempre están allí, en sus reacciones ansiosas, enojadas y confusas. Si dejan de alejar y racionalizar habitualmente lo que los perturba, podrían encontrar primero que están molestos por lo que otros les hacen, lo cual puede parecer o ser en verdad una injusticia. Pero no se queden en ese nivel, convencidos de que la acción de otros justifica y explica su malestar. Cuando se resisten a caer en esta tentación, están prestando atención a las lecciones y a las señales de la vida.

En un día que pasen en un estado dichoso en el que no eviten la vida desde dentro y desde fuera, sino que más bien establezcan contacto con su ser más íntimo y, por ende, con todo el universo, en el que emanen alegría y tengan intercambios profundos y significativos con otros, sabrán que en ese día no se han defendido contra nada. Pero es posible que fueran afortunados en ese día de llegar a la esfera psíquica de una energía y conciencia espirituales fuertes, claras y liberadas. Ninguna destructividad inconsciente de otros los tocó.

Si la razón de su dicha es esto último, ¿se hallan verdaderamente seguros y libres? ¿No son todavía dependientes y, por ende, se sienten ansiosos, experimenten o no esta ansiedad y desconfianza todo el tiempo? La respuesta es obvia. Deben seguir adelante para llegar a ser totalmente ustedes mismos, y por lo tanto dejar de necesitar las defensas destructivas que los separan y de adjudicar a otros la responsabilidad de su estado.

La mayor parte de los días ofrecen oportunidades para hacer esto. Sus muchas reacciones de descontento con ustedes y con

otros son las pistas. Examínenlas. En los incidentes de su vida y en sus reacciones a ellos encuentran al mejor terapeuta de ustedes: la vida misma.

Hay algo que tienen que ver y que no han reconocido verdaderamente. ¿Por qué son tan vulnerables? Si prestan atención al dolor o a la vulnerabilidad que sufren ahora y deciden con todo el vigor y la determinación de su ser valeroso que quieren ver esa parte de ustedes que es responsable de ser afectada por el mal de otro, con seguridad la descubrirán y estarán más liberados y seguros que nunca antes.

Por desgracia, una y otra vez, la tentación de concentrarse y enfocarse en las faltas o el mal de la otra persona los separa de donde deberían estar. Lo que ven en otros podría o no ser correcto, pero tendrán paz y claridad a ese respecto cuando entiendan por completo por qué son vulnerables a las negatividades de otros.

No puedo insistir demasiado en la necesidad de usar esta llave. Me gustaría decirles aquí, amigos míos, que aquellos de ustedes que trabajan con este muy difícil pero muy real Pathwork encontrarán el estado sin defensas y fluido de seguridad, dicha y paz. Este camino es muy difícil porque no deja lugar para la proyección y el escape. Algunos se quedan en el camino porque todavía no están dispuestos a recorrerlo por entero consigo mismos y preferirían quedarse en la culpabilización de otros. Pero aquellos de ustedes que me sigan todo el camino no podrán evitar encontrar la verdad de ser. No se puede negar que este camino es un capataz duro, precisamente porque no permite el escape. Deja de lado todo sentimentalismo que aliente sus debilidades y evasiones. Pero gracias a esto, cumple la promesa que hace, como muchos de ustedes están empezando a descubrir. Encontrarán sus valores reales sólo cuando reúnan el valor de encontrar sus aspectos malos y distorsionados. Entonces encontrarán su verdadera capacidad de amar y ser amados; no como un mero ideal o una ilusión, sino como una realidad cotidiana en su vida.

Éstas no son promesas vacías ni ideales lejanos. Éstas son las promesas que la vida cumple a la persona que usa la llave de la vida en este plano de existencia. Cuanto más hagan esto, menos necesitarán defenderse contra el dolor, y por lo tanto, contra la dicha de la vida, el regalo de la vida que les llega siempre.



CONFERENCIA ORIGINAL:
Dictada el 15 de enero de 1971.

EDICIÓN EN INGLÉS:
Affecting And Being Affected.
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.