

¿QUE ES EL PATH?

Un camino que va desde lo conocido hacia las regiones desconocidas del ámbito del alma en una búsqueda similar a la que se narra en los cuentos de hadas. El héroe o heroína abandona ingenuamente el mundo familiar de todos los días motivado por el anhelo de encontrar una vida más rica que la rutina ordinaria de una existencia limitada.

En el camino, se encuentra con situaciones amenazantes y pruebas de todos tipos. Si pasa las pruebas encuentra la felicidad. Las recompensas son riquezas y un compañero o compañera para toda la vida; llega a ser rey o reina, es decir, un adulto realizado. La búsqueda interior, si se toma de manera seria, requiere de valor; atraviesa regiones oscuras y lleva a la madurez. Al final se encuentra invariablemente el tesoro. Así como en los cuentos de hadas, el héroe no le huye al dragón sino pelea con él, no se esconde de la bruja sino hace amistad con ella, así también tu necesitas conocer las fuerzas destructivas que hay en ti y negociar con ellas.

En esta conferencia el guía muestra la manera de seguir este anhelo y liberar los poderes que duermen en tu interior para que puedas encontrarte con el tesoro de tu ser divino amoroso y sabio.

Bienvenidos amigos, reciban mis saludos y bendiciones. En esta conferencia me gustaría discutir acerca del camino (path) que lleva a realizar los anhelos más profundos. El anhelo de un estado de conciencia más amplio y satisfactorio.

Todo ser humano tiene un anhelo profundo que va más allá del deseo de realizarse a nivel emocional y creativo, aunque estos deseos también parten de un deseo profundo y esencial. Este anhelo se dá al sentir que debe existir un estado de conciencia más satisfactorio y la capacidad de experimentar la vida de una manera más completa. Es posible que al traducir este anhelo a términos conscientes encuentres confusión y contradicciones debido a la conciencia dual de la mente humana. Este dualismo está siempre presente, los humanos perciben la realidad en términos de esto o lo otro, bueno o malo, correcto o incorrecto, blanco o negro. Esta forma de percibir la vida es, en el mejor de los casos, verdadera solo a medias; permite que se perciban solamente partes de la realidad y así nunca podrá encontrarse la verdad completa.

Una posible confusión es "¿Será que lo que deseo es irreal?" ¿Sería más realista y maduro olvidarme de este anhelo y aceptar que la vida es solamente un lugar opaco, lúgubre y gris? ¿Acaso no escuchamos constantemente que la aceptación es necesaria para estar en paz con uno mismo y con la vida?, por tanto creo que debo abandonar este anhelo". La forma de salir de esta confusión solo puede encontrarse dando un paso fuera del dualismo implícito en este dilema. Es cierto que debes aceptar tu estado presente, es cierto que la vida en su manifestación no puede ser perfecta; sin embargo este hecho no es lo que te hace infeliz, es más bien tu demanda de que la vida sea perfecta y te sea dada en toda su perfección lo que crea un problema. Si profundizas lo suficiente, inevitablemente descubrirás que hay una parte tuya que niega el dolor y la frustración, una parte enojada y rencorosa porque no hay una autoridad amorosa que elimine todas las experiencias indeseables a las que te enfrentas. Este anhelo de felicidad utópica no es realista y ciertamente debe ser abandonado.

El deseo falso. ¿Significa esto que este anhelo nace de una actitud neurótica inmadura y egoísta? No, amigos míos, no es así. Existe una voz interior que dice que hay una gran riqueza para su vida y para ustedes mismos, mayor que la que están viviendo en este momento.

¿Cómo podemos encontrar claridad acerca de lo que es real y lo que es falso respecto a sus más profundos anhelos? El deseo es falso cuando su personalidad desea amor y satisfacción, perfección y felicidad, o placer y expansión creativa sin pagar el precio de la más estricta auto confrontación. Es un deseo falso cuando no asumes la responsabilidad por tu estado actual, o por el estado que anhelas. Por ejemplo, si sientes lástima por ti mismo debido a que tu vida es poco satisfactoria y si de alguna manera culpas a otros por tu estado actual, sin importar que tan equivocados estén esos otros, sean estos tus padres, amigos, socios, o la vida misma, entonces no estás asumiendo tu responsabilidad. Si este es el caso, entonces de alguna manera esperas recibir un estado nuevo y mejor como una recompensa que no te has ganado. Quizá trates de ser un buen seguidor de alguna autoridad poderosa para recibir esta recompensa. Como la recompensa nunca puede venir de afuera, te sentirás

decepcionado, engañado, enojado y con resentimiento no importa lo que hagas y volverás una y otra vez a tus viejos patrones destructivos que de hecho son los responsables de este estado que deja tu anhelo insatisfecho.

El anhelo es realista cuando partes de la premisa de que la clave para tu realización está en ti, cuando deseas encontrar en ti las actitudes que te evitan vivir la vida de una manera significativa y satisfactoria, cuando entiendes que este anhelo es un mensaje de tu ser interior para ponerte en un camino que te ayude a encontrar tu ser real.

Sin embargo, la confusión se da cuando el mensaje del anhelo interior es mal interpretado por la personalidad demandante, negativa y avara, a la que no le gusta dar. El anhelo se va entonces por canales de fantasías irrealizables y mágicas. Crees que la realización te debe ser dada, en vez de alcanzarla a través del valor y la honestidad de verte a ti mismo como eres, incluyendo las áreas que preferirías evitar. Si una situación es dolorosa en tu vida y reaccionas con coraje, quejas y otras defensas para no sentir el dolor llanamente, no estás viendo la realidad de tu estado actual. Si dejas que la pena sea y la sientes sin jugar juegos como el de "me va a aniquilar" o "esto va a durar toda la vida", la experiencia liberará poderosas energías creativas que trabajarán a tu favor en tu vida y te abrirán canales hacia tu ser espiritual. El sentir el dolor, te llevará a una comprensión más profunda, completa y sabia sobre la conexión entre la causa y el efecto. Por ejemplo, podrás ver como atrajiste este dolor en particular. Tal entendimiento no vendrá inmediatamente, y entre más lo forces, menos se presentará; vendrá cuando dejes de resistirte y suspendas la lucha interior.

No abandones este anhelo, tómalo en serio, cultívalo y aprende a entenderlo para que puedas seguir su mensaje y tomar el camino interior hacia tu corazón. Acércate a esa parte que quieres evitar y que es la única responsable, la verdadera culpable de tu estado poco jubiloso y poco satisfactorio

No abandones el anhelo que viene de la sensación de que tu vida puede ser mucho más, de que existe un estado en el cual puedes vivir sin tus tortuosas y dolorosas confusiones, donde puedes funcionar en un nivel de vivacidad interior, satisfacción y seguridad, donde eres capaz de tener sentimientos profundos de dicha y placer y puedes expresarlos, donde eres capaz de vivir la vida sin miedo, porque ya no te temes a ti mismo. La vida con todos sus problemas te parecerá un reto regocijante. Si tus problemas interiores se pueden convertir en un reto que le dé sabor a la vida, la paz resultante será muy dulce. El abordar estos problemas te permitirá sentir tu propia fuerza, tus recursos y tu creatividad. Sentirás al ser espiritual fluyendo a través de tus venas, en tus pensamientos, tus visiones, tus percepciones, de tal modo que tus decisiones vendrán del centro de tu ser. Cuando vives de esta manera, los ocasionales problemas externos se convierten en la sal de la vida y se vuelven casi placenteros. Los problemas externos serán menos frecuentes y la paz, la creatividad y la alegría serán la norma en tu vida.

Como aprender a vivir en el estado de dicha. En este momento la parte más triste de tu anhelo es que en algún lugar profundo dentro de ti sabes que tu propio cuerpo y alma no son capaces de aceptar y sostener un placer intenso en este momento. El placer existe en todos los niveles; espiritual, físico, emocional y mental. Sin embargo, es una ilusión que el placer espiritual se dé separado de los demás niveles del funcionamiento cotidiano, ya que la verdadera dicha espiritual engloba a la personalidad total. Por esto la personalidad necesita aprender a sostenerse en el estado de dicha y esto no puede lograrse a menos que aprenda a soportar cualquier cosa que esté dentro de la psique ahora; dolor, mezquindad, malicia, odio, sufrimiento, culpa, miedo, terror. Todo esto debe ser trascendido ya que solo entonces la personalidad humana puede funcionar en este estado. Tu anhelo de experimentar más placer es un mensaje para que tomes un camino que te dé la posibilidad de vivir en la dicha.

No es necesario abandonar el deseo de tener la existencia que he descrito, tachándola de idealista o fantasiosa; no es necesario sacrificarlo ya que puedes alcanzarlo y hacerlo tuyo si enfrentas aquello que no te permite experimentarlo. Este estado existe como un potencial dormido en ti. No es algo que te pueda ser dado por otros o que pueda adquirirse a través de estudio o de esfuerzo; es un estado que se da naturalmente como consecuencia de tu andar por un camino como el que tengo el privilegio de mostrarte. Esto nos lleva a preguntarnos ¿qué es este camino (path)? Este camino no es nuevo; ha tomado diversas formas a lo largo de la existencia de los seres humanos en este planeta. Las formas y las maneras han ido cambiando de acuerdo a la evolución de la humanidad, pero el camino fundamental es esencialmente el mismo. Este camino en particular, el "Pathwork" en el cual los guío, está anclado en la antigua y perenne sabiduría, siendo nuevo a la vez; ofrece ayuda para tu crecimiento psicológico y espiritual en esta etapa crítica de la evolución de la humanidad.

El pathwork no es psicoterapia a pesar de que maneja algunos aspectos que la psicoterapia también maneja. Desde el marco de referencia del pathwork, el enfoque de la psicoterapia es solamente un aspecto colateral, una forma de atravesarte enfrentar confusiones, creencias equivocadas, malos entendidos, actitudes destructivas, defensas enajenantes, emociones negativas y sentimientos paralizantes; esto es lo que la psicoterapia trata de hacer y plantea incluso como su objetivo. El pathwork, sin embargo, entra a su etapa más significativa solamente cuando

esta primera etapa ha terminado; la segunda etapa, la más importante consiste en aprender a activar la conciencia más evolucionada que habita dentro de cada alma humana.

Muchas veces esta segunda etapa se dá junto con la primera que trata de superar las obstrucciones, en virtud de que la segunda fase o fase espiritual es esencial para llevar a cabo la primera; la primera parte del trabajo no puede tener éxito a menos que se cultive un contacto regular con el ser espiritual. Cómo y cuándo se lleve esto a cabo varía enormemente y depende de la personalidad y la predisposición, los prejuicios y los bloqueos de cada individuo que entra en este camino. Entre más pronto puedas usar, activar y explorar la fuente inagotable de fuerza e inspiración interior, más rápidamente podrás enfrentar las obstrucciones. Por ello es claro que este camino difiere de la psicoterapia, aunque haga énfasis en cosas similares e incluso comparta algunos métodos.

El pathwork y la práctica espiritual. Este camino no trata solamente de alcanzar un nivel de conciencia espiritual elevado. Hay muchos métodos y prácticas que buscan la realización del ser espiritual. A pesar de que muchas disciplinas usan métodos válidos para alcanzar esta meta, muchas veces no ponen la atención suficiente en las áreas del ego que están atascadas en la negatividad y la destructividad, por lo que el éxito que se alcanza dura poco o es ilusorio, a pesar de que haya experiencias genuinas. Un estado espiritual que se ha alcanzado de esta manera unilateral, no es sólido y no puede mantenerse a menos que la personalidad en su totalidad se incluya. Como los seres humanos se esconden y no aceptan enfrentar ciertas partes de ellos mismos, a menudo buscan refugio en estos caminos que ofrecen la posibilidad de evitar el enfrentarse con los aspectos problemáticos internos. Si crees que un camino espiritual es solamente la práctica de la meditación por sí misma, o para alcanzar experiencias cósmicas de bienaventuranza y conciencia, entonces éste no es tu camino.

La tentación de usar las prácticas espirituales para evitar la negatividad existente, la confusión y la pena y para alcanzar la felicidad y la realización, es muy grande. Sin embargo esta actitud defrauda su propósito; viene de y conduce a una mayor ilusión. El pensar que todo aquello que existe dentro de ti puede evitarse es una ilusión, otra ilusión consiste en pensar que es necesario negar y temer todo esto. Cualquier aspecto interior puede ser transformado, no importa que tan destructivo sea, solamente cuando evitas lo que hay en ti, tu ilusión se vuelve dañina para ti y para los demás

Permítanme recapitular lo que he dicho hasta aquí. Este camino (path) no es ni psicoterapia ni un camino espiritual en el sentido usual de la palabra, al mismo tiempo es ambas cosas. Sería útil que tuvieran en mente los siguientes puntos al considerar la posibilidad de entrar en este camino.

Como encontrar a tu ser real. Al tomar este camino, entras en un viaje que te lleva al territorio, quizá nuevo para ti, de tu universo interno. Tal vez hayas estado en psicoterapia, con éxito o no, o tal vez te encuentres muy preocupado y necesitas ayuda para vivir tu vida de manera más satisfactoria, en cualquier caso seguramente necesitarás poner atención por algún tiempo a tus áreas negativas, destructivas y equivocadas. Tal vez no te guste hacerlo, pero si verdaderamente quieres encontrarte a ti mismo, si quieres realmente encontrar la esencia de tu ser, aquella de la que nace todo lo bueno, es necesario revisar estas áreas. Quizá te preguntes: "¿Cuánto tiempo me llevará?" Eso depende de tu estado mental y emocional y de la manifestación externa de tu vida. Cuando tus negatividades internas sean trascendidas, el nuevo estado se expresará, no habrá ninguna duda, tu camino te llevará naturalmente a poner énfasis y a enfocarte en otras cosas. La meta de este camino no es curarte de una enfermedad mental o emocional, aunque también lo hace si tu haces tu trabajo, pero no debes entrar en este camino con ese propósito.

No entres en este camino si tu expectativa es olvidar tu tristeza, tu dolor o si es el colorear los aspectos de tu personalidad que menos te gustan o incluso que te disgustan. Probablemente tu disgusto no sea "neurótico", quizá estés en lo cierto al desaprobarte estos aspectos, pero no estás en lo cierto si te crees malo o sin remedio. Este camino te enseñará a enfrentarte a lo que está en ti, ya que solamente cuando lo hagas te amarás verdaderamente a ti mismo, solo entonces encontrarás tu esencia y naturaleza divina. Si deseas encontrar tu esencia pero te niegas a enfrentarte a ti mismo, este no es un camino para ti. El tratar de ampliar la conciencia de una mente limitada es una tarea difícil, no puede negarse; todos los seres humanos empiezan con una mente limitada, es la única que tienen a su alcance. Esta mente limitada debe trascenderse a sí misma para darse cuenta de su alcance y poder ilimitado. Por esto este camino constantemente pide que tu mente haga un puente para pasar a través de sus propias limitaciones considerando nuevas posibilidades y dando espacio a nuevas alternativas para uno mismo, para la vida y para expresarse en la vida.

No pienses que este camino es fácil, pero la dificultad no es fija e inmóvil; existe solamente mientras la personalidad trate de evitar aspectos de sí misma. La dificultad desaparece dependiendo del grado de compromiso de sinceridad con uno mismo, y lo que parecía una dificultad, empieza a ser un reto, un viaje interesante, un proceso

que hace la vida intensamente real y completa, segura y satisfactoria, que no querrás dejar por nada. En otras palabras, la dificultad existe exclusivamente en la creencia errónea de que si tienes una actitud negativa en particular, entonces todo en ti es malo. Una creencia como ésta hace muy difícil o a veces imposible el enfrentarse a uno mismo. Por eso es necesario encontrar las creencias ocultas debajo de cualquier resistencia importante a asomarse dentro de las áreas oscuras de uno mismo.

Este camino demanda de ti aquello que la mayoría de la gente no está dispuesta a dar: sinceridad contigo mismo, exponerte a lo que hay ahora, eliminar las máscaras y las pretensiones, y atreverte a experimentar tu propia vulnerabilidad desnuda. Es una gran demanda y a la vez es la única manera de llegar a la paz y la unidad verdadera. Una vez que te has comprometido, deja de ser una gran demanda para convertirse en un proceso orgánico y natural.

Lo positivo y lo negativo son una misma corriente. Este camino es a la vez muy difícil y muy fácil, depende desde donde lo mires y como elijas recorrerlo. La dificultad puede medirse en términos de sinceridad contigo mismo; dependiendo del grado de sinceridad, el camino no te parecerá difícil ni "muy enfocado al lado negativo de uno mismo y de la vida", como dicen algunos críticos, ya que en esencia, lo negativo es lo positivo. Positivo y negativo no son dos aspectos de la energía y la conciencia, son uno y el mismo. Cualquier partícula de tu energía y tu conciencia que se haya vuelto negativa, debe convertirse a su forma positiva original de ser. Esto no puede llevarse a cabo a menos que te hagas responsable de tu negatividad. La renuencia a ser sincero con uno mismo se da aún en las personas más honestas. Una persona podrá distinguirse por su honestidad e integridad a cierto nivel, sin embargo puede haber niveles más profundos donde esto no sea real. Este camino te lleva a niveles más sutiles, cancelados hasta ahora, que son difíciles de tocar más no inaccesibles.

Imágenes o conclusiones erróneas. En estas capas inconscientes, ocultas, se han ido formando desde la infancia conceptos erróneos. Nacen de percepciones que falsean la realidad y continúan influyendo la conducta del adulto. Llegan a ser conclusiones acerca de la vida que se sostienen firmemente. Me gusta llamarlas "imágenes", ya que son patrones rígidos que se graban en la substancia del alma. Una imagen está formada por conceptos equivocados, sentimientos deformados y bloqueos físicos. De una percepción errónea se llega a una conclusión equivocada; por lo que las imágenes son en esencia conclusiones equivocadas acerca de la naturaleza de la realidad, arraigadas tan firmemente en la psique de la persona que se vuelven señales que controlan su conducta en la vida. Una persona puede tener varias imágenes pero abajo de todas ellas está una imagen principal que es la base de su actitud negativa hacia la vida.

Permítanme darles algunos ejemplos. Una imagen que pudo haberse formado debido a la situación particular de una familia es que el mostrar emociones, especialmente sentimientos cálidos es señal de debilidad y que lleva a ser lastimado. Esta es una imagen personal pero puede ser reforzada por la imagen social de que mostrar y expresar físicamente los sentimientos cálidos, es señal de debilidad especialmente en el caso de los hombres, ya que demuestra poca hombría y conlleva una pérdida de control. Una persona con esta imagen, cuando se enfrente a situaciones en las que puede abrirse emocionalmente, obedecerá la señal que le manda la imagen, en vez de responder espontáneamente a la situación real o a otra persona, lo cual sería una actitud positiva, que reafirma la vida. De esta manera actúa hacia los demás de modo tal que ellos responden negativamente y confirman su creencia falsa con lo que se priva de placer y restringe el flujo de la fuerza vital creando tensiones internas y alimentando su imagen. Así es como se crean patrones negativos de conducta compulsiva, círculos viciosos que se perpetúan a sí mismos.

Otro ejemplo sería el de una bebé que llora porque tiene hambre pero la madre no responde. Sin embargo cuando no llora la madre viene y le da de comer. La pequeña concluye entonces que si muestra su necesidad, nadie la escuchará y si no la muestra, obtendrá atención. La conclusión que saca es "para satisfacer mi necesidad, no debo mostrarla". Con esta madre en particular funcionó el no mostrar la necesidad por algún tiempo, pero más adelante esta actitud producirá el resultado opuesto; nadie sabrá que esta mujer tiene necesidades específicas así que nadie las satisfecerá. Como ella no sabe nada acerca de su "imagen", esto es, acerca de la conclusión equivocada respecto a mostrar sus necesidades porque la misma se hundió en su conciencia desde hace mucho tiempo, irá por el mundo mostrando sus necesidades cada vez menos, con la esperanza de que algún día alguien las recompensará por no haberlas asumido y sin entender porqué se siente tan insatisfecha. No-se da cuenta que su propio comportamiento hace que la vida le confirme su creencia equivocada, ya que las imágenes tienen poder magnético

Las conclusiones erróneas que forman una imagen se han trazado en la ignorancia total o parcial por lo que no quedan en la conciencia, incluso pueden provenir de encarnaciones anteriores. Cuando el niño crece, su nuevo conocimiento intelectual contradice el viejo "conocimiento" emocional, por lo que la persona empuja el conocimiento

emocional hacia abajo hasta que desaparece de la conciencia, sin embargo, entre más escondido esté el conocimiento emocional, más potente se vuelve. Estas imágenes inconscientes restringen el desarrollo del potencial personal, por lo que es necesario hacer un esfuerzo para traerlas a la conciencia y para desactivarlas.

Para averiguar si existen en ti estas imágenes inconscientes a un nivel profundo, puedes usar una clave infalible que te dará respuestas correctas. Esta consiste en preguntarte ¿Cómo te sientes hacia ti mismo y hacia tu vida? ¿Te sientes seguro con otras personas? ¿Te sientes cómodo con tu ser más íntimo en la presencia de otros, o al menos con algunas personas en particular con las que compartes una meta común? ¿Te sientes lleno de resentimientos, ansiedad, tensión o solo y aislado? ¿Necesitas mucha actividad para aliviar tu ansiedad? Muchas personas empiezan su trabajo en el path sin darse cuenta de su ansiedad, se sienten muertos, adormecidos, distraídos, paralizados. Esta puede ser una señal de que se ha utilizado algún proceso para amortiguar la ansiedad. En este camino no es posible brincarse el paso de sentir la ansiedad para sentir luego aquello que la ansiedad esconde. Solo así se dará la sensación de vitalidad. Regocijo, entusiasmo, alegría y una mezcla adecuada entre la excitación y la paz que conlleva la espiritualidad son el resultado de la sinceridad con uno mismo. Cuando no se dan estos estados, no hay sinceridad, tan sencillo como eso, amigos míos.

Así que si estás preparado a tomar este camino hacia ti mismo, para encontrar, reconocer, y sacar a la luz cualquier cosa que haya en ti; si convocas toda tu capacidad de sinceridad interna y te comprometes en este camino, encontrarás el valor y la humildad para no aparecer diferente a lo que realmente eres incluso ante tí mismo. Tienes entonces derecho a esperar que este camino te ayude a alcanzar la realización completa y a satisfacer tu anhelo en todos sus aspectos; esta es una expectativa realista y podrás comprobarla.

El avance en el path. Poco a poco comenzarás a funcionar desde tu centro, lo cual es una experiencia muy diferente a la de funcionar desde la periferia. Estás tan acostumbrado a este funcionamiento que no puedes siquiera imaginar que otra manera podría ser. Por el momento dependes constantemente de lo que pasa a tu alrededor, dependes del aprecio y la aprobación de otros, de ser amado y de tener éxito en el mundo exterior. Tal vez te hayas dado cuenta o tal vez no, pero internamente luchas por asegurar este apoyo exterior para poder llegar a sentirte en paz y satisfecho. Cuando funcionas desde tu centro, la seguridad y la alegría fluyen desde un manantial que nace en tu interior. Esto no significa que al llegar a este estado quedas condenado a vivir sin apoyo, aprobación, amor o éxito. Este es otro malentendido dualista; quizá pienses "si contacto mi centro debo perder el amor y la apreciación de los demás y estar solo, o debo perder a mi ser interior ya que no puedo aceptar una vida tan solitaria". Realmente cuando funcionas desde la parte central y libre de tu ser interior, atraes toda la abundancia de la vida hacia ti, pero no dependes de ella; te enriquece y satisface una necesidad legítima más no es la substancia de la vida, ya que ésta se encuentra dentro de ti.

En la vida sana de cualquier ser humano hay intercambio, intimidad, comunicación, amor mutuo, placer mutuo y el dar y recibir de manera cálida y abierta. Del mismo modo, cualquier ser humano necesita reconocimiento por lo que hace, sin embargo hay una gran diferencia entre querer este reconocimiento de manera sana, y depender del mismo a tal punto de no poder vivir sin él. En este caso, el ser empieza a sacrificar su integridad en una forma trágica y con un costo muy elevado. Así se traiciona al ser real y la búsqueda de reconocimiento resulta frustrante. Este camino (path) se ha constituido para que encuentres tu centro, la profunda realidad interna del espíritu, y no solo la ilusión de un escape religioso. Contrariamente, este camino es muy pragmático, la verdadera vida espiritual no está en contradicción con la vida práctica en la tierra. Debe haber armonía entre estos dos aspectos del todo; renunciar a la vida cotidiana no es una forma de espiritualidad verdadera, más bien es otro escape en la mayoría de los casos. Para muchos es más fácil sacrificar algo y castigarse a sí mismos en vez de enfrentar y manejar sus aspectos oscuros. La culpa que esto trae se mitiga constantemente con privaciones auto impuestas que supuestamente son puertas que conducen al cielo. Sin embargo la culpa no puede limpiarse a menos que la personalidad maneje la parte oscura interna directamente. Entonces el sacrificio y las privaciones no-solo se vuelven innecesarias sino contradicen el verdadero desarrollo espiritual. El universo está lleno de alegría, placer y dicha, y se espera que los seres humanos las vivan, no que las nieguen.

Quisiera mencionar otro aspecto de las obstrucciones internas que debe enfrentarse para trascenderse. Es importante entender que los pensamientos y sentimientos son agentes poderosos de energía creativa, independientemente de que sean correctos y sabios o falsos y limitados. Asimismo, independientemente de que los sentimientos sean amorosos o de odio, de enojo o benignos, de miedo o pacíficos, su energía debe crear de acuerdo con su naturaleza. Los pensamientos y las opiniones crean sentimientos y ambos crean actitudes, conductas y emanaciones que a su vez crean las circunstancias de la vida. Es importante reconocer esta secuencia, entenderla y conectarse con ella, todo lo cual es un aspecto esencial del Pathwork.

El miedo a tus sentimientos negativos no es justificable; estos sentimientos no son terribles o insoportables en sí mismos, sin embargo tus creencias y actitudes pueden convertirlos en eso. Este proceso se comprueba constantemente por aquellos que siguen este camino, ya que ellos se dan cuenta de que la experiencia del dolor profundo es vivificante y que libera la energía constreñida y la creatividad paralizada. El placer puede experimentarse solamente en el mismo grado en el que nos permitimos sentir el dolor. Lo mismo se aplica al miedo. Esta experiencia no es en sí misma devastadora; cuando te permites vivirla se convierte instantáneamente en un túnel en el cual los sentimientos de miedo no se dejan atrás hasta que te conducen a un nivel de realidad más profundo. El miedo niega otros sentimientos; cuando el miedo original se acepta y se vive, el nudo desaparece. No es el sentimiento en sí el que es insoportable, sin embargo tu actitud hacia él puede volverlo insoportable. El miedo a tus sentimientos hace que te alejes de ellos, alejándote así de la vida. Tu centro espiritual no puede evolucionar, manifestarse y fundirse con tu ego mientras no aprendas a aceptar todos tus sentimientos, mientras no permitas que los mismos te conduzcan, y te hagas responsable de ellos. Si responsabilizas a otros de tus sentimientos te enredarás más a ti mismo ya que, o los negarás o los actuarás de manera destructiva contra otros. Ninguna de estas dos alternativas es deseable, ni puede llevarte a una solución.

Liberando tu ser espiritual. Tu ser espiritual no puede ser liberado a menos que aprendas a sentir tus sentimientos, a menos que aprendas a aceptar cada parte de tu ser. No importa que tan negativa, grosera, banal o egoísta puedas sentir alguna parte de ti mismo, comparada con otros aspectos más desarrollados de tu personalidad; es absolutamente necesario que todos los aspectos de tu ser sean aceptados y manejados. No debe permitirse que ninguno de estos aspectos permanezca oculto con la esperanza de que no es tan importante y de que de alguna manera se irá solo. Todo importa amigos. Nada de lo que existe en ustedes es inocuo. No importa que tan escondidos se encuentren estos aspectos, crean condiciones de vida que ustedes lamentarán. Esta es una de las razones por las que es necesario aceptar los aspectos creadores negativos en ti. Otra razón es que no importa que tan destructivo, cruel y malo sea, cualquier aspecto de energía y conciencia es en su esencia original bello y positivo; las distorsiones deben convertirse nuevamente a su esencia original. La energía y la conciencia pueden volverse creativas de una manera positiva otra vez, solo cuando son iluminadas por la luz de la conciencia y la intencionalidad positiva. A menos que hagas esto, no podrás entrar a tu esencia creativa.

Abandonar las ilusiones. Esto es básicamente el Pathwork. La única dificultad es que te aferras a las ilusiones acerca de cómo eres y cómo debes ser y a la ilusión de que no deberías tener ciertos problemas. A menos que abandones estas ilusiones y tomes nota de lo que hay en ti, permanecerás alienado de tu esencia espiritual. Esta esencia se está renovando constantemente, está constantemente conciliando conflictos aparentemente insolubles. Tu esencia espiritual te provee de todo lo que puedas necesitar para vivir tu vida y para realizar la tarea que has venido a realizar en esta vida; es tu centro divino. Eres la expresión de todo lo que existe, la conciencia abarcante. Mientras no te conectes a ella por miedo a perder tu pequeña vanidad, tu anhelo no podrá satisfacerse, no hay ninguna panacea que pueda darte lo que razonablemente necesitas y deseas sin que tomes el camino que pasa por tu propia obscuridad. Las prácticas espirituales por sí mismas no pueden satisfacer este anhelo, no importa que tanto tiempo permanezcas sentado en meditación y concentración. La meditación y la visualización creativa pueden ser herramientas muy efectivas cuando se usan junto con la auto confrontación. Muy pocas personas en esta tierra están dispuestas a tomar el tipo de camino que les he descrito, más para aquellos que tienen el valor de seguir adelante firme y pacientemente ¡cuánta gloria les espera en su centro interior!

Que el espíritu viva a través de ti. El camino es glorioso cuando has pasado las fases iniciales en las que luchas contra tus propias ideas falsas que crean siempre dos alternativas inaceptables. Cuando el camino se abre desde dentro de ti, empiezas a experimentar, tal vez por primera vez en tu vida, el potencial para ser tu propia divinidad; sentirás el potencial para darte placer y seguridad, estarás consciente de tí mismo y de otros, del poder que tienes, infinitamente mayor de lo que pensabas, para relacionarte con ellos, comprenderlos y acompañarlos sin miedo.

La decisión inicial para entrar en un camino como éste, debe hacerse de manera realista para que funcione. ¿Estás dispuesto a abandonar tus ilusiones acerca de ti mismo y las expectativas (que nacen de la resistencia a abandonar tu error), acerca de lo que los otros deben hacer por tí? ¿Estás dispuesto a soltar tus falsos miedos acerca de qué sentimientos debes o no debes tener, puedes o no puedes experimentar? Si te comprometes contigo mismo a aceptar todo lo que eres y a seguir conociendo las áreas de ti mismo que no conoces, podrás encontrar que este es el viaje más estimulante, interesante y significativo para profundizar en ti. Tendrás toda la ayuda que puedas necesitar, porque nadie puede ir sólo en este camino. La ayuda se te dará, te llegará. Cuando tu centro espiritual se empieza a manifestar, la conciencia del ego se integrará con él y empezará a sentir que "el espíritu vive a través de ti". Tu vida será espontánea, fluirá sin esfuerzo.

Me retiro ahora de este instrumento por el que me es permitido manifestarme. Un gran poder espiritual los protege. Esto podrá parecer incomprensible para algunos de ustedes, sin embargo es la realidad, mis amigos. Existe todo un mundo más allá del mundo que ustedes conocen, tocan y ven. Solamente explorándose y entrando en su corazón conocerán este mundo, entonces se revelará a ustedes en toda su realidad y gloria. Este mundo existe alrededor y dentro de ustedes y los inspirará con su sabiduría mientras estén en contacto con él.

Sean todos benditos. Los que quieran comprometerse con su ser interior y deseen la ayuda que este camino en particular les puede dar son bendecidos y guiados en todos sus movimientos y aquellos que no deseen todavía dar este paso o que estén comprometidos en otro lado también sean benditos. Queden en paz.

Para información y participación en las actividades del Pathwork así como los nombres de las personas autorizadas a enseñar Pathwork comunicarse a:

Argentina	www.pathworkargentina.com.ar	
México	www.pathworkmexico.org	Tel. 52 55 53935124
Uruguay	Mercedes Olaso	Tel. 598 2 601-8612
Fundación	www.pathwork.org	Tel. 1 800 pathwork

Los siguientes lineamientos son para su información en el uso de la marca del Pathwok® y del material registrado de esta conferencia.

Pathwork® es una **marca registrada**, propiedad de la Fundación del Pathwork, y no se puede utilizar sin el permiso escrito expreso de la Fundación. La Fundación puede, a su criterio autorizar el uso de la marca del Pathwork® a otras organizaciones o personas.

El Derecho de Autor del material del Guía del Pathwork es propiedad de la Fundación del Pathwork. Esta conferencia se puede reproducir, de conformidad con las políticas de la Fundación referentes a Marca Registrada y Derechos de Autor. El texto no se puede alterar o abreviar de ninguna manera, ni tampoco lo relacionado con la Marca Registrada y los Derechos de Autor. A los destinatarios solamente se les podrá cargar el costo de reproducción y distribución.

Cualquier persona u organización que utilice la marca o el material registrado por la Fundación del Pathwork deberá cumplir con las políticas establecidas para las mismas. Para obtener información o la copia de estas políticas, entre en contacto con la Fundación del Pathwork.