Conferencia de Pathwork nº157

Español del Río de la Plata; esta versión de traducción no es la definitiva. (U. revisión Mayo 15 2005)

POSIBILIDADES INFINITAS DE EXPERIENCIA OBSTACULIZADAS POR LA DEPENDENCIA EMOCIONAL

Saludos, mis muy queridos amigos. Nuevamente trataré de ayudarlos a moverse y salir de allí donde puedan estar estancados. Aunque en este momento cada uno de ustedes pueda tener que encontrarse dentro de sí con un problema diferente, esta conferencia convergirá en la verdad única que todos ustedes necesitan ahora para poder proceder en su desarrollo sin obstaculizarse demasiado a sí mismos. Entonces, entendamos ciertos factores fundamentales tal como existen en ustedes y en el universo.

Todas las grandes enseñanzas espirituales han dicho que la creación es infinita en sus posibilidades y que el potencial de la humanidad para realizar estas posibilidades infinitas de felicidad existe en las profundidades interiores del ser de cada persona. Casi todos ustedes han oído estas palabras. Algunos de ustedes podrán creerlas, al menos en principio; otros podrán tener sus dudas de aceptarlas aun en teoría. Tratemos ahora de superar algunas de las dificultades que hay para entender estos principios.

En primer lugar, es necesario entender que no hay ninguna persona que cree algo nuevo. También es imposible que algo nuevo llegue a existir. Sin embargo, para una persona es posible hacer manifiesto algo que ya existe. Es un hecho que todo, absolutamente todo, existe ya en otro nivel de conciencia. La palabra todo no puede transmitir el alcance de este concepto. Cuando uno habla de lo infinito de Dios o acerca de lo infinito de la Creación, esto es parte del significado. No hay estado de ser, experiencia, situación, concepto, sentimiento ni objeto que no exista ya. Todo en el mundo existe en un estado de potencialidad que ya contiene el producto terminado dentro de sí. Puedo ver que esta idea no es fácil de incorporar para los seres humanos ya que es muy contraria a su modo de pensar, ser y experimentar en su nivel promedio de conciencia. Pero cuanto más puedas profundizar tu pensamiento sobre este tema, más fácil se volverá para ti percibirlo, sentirlo y captarlo. Conocer y entender este principio de creación – que todo existe ya y que los seres humanos pueden hacer que estas posibilidades existentes se manifiesten – es uno de los requisitos necesarios para experimentar la abundancia del infinito potencial de la vida.

Antes de que puedas crear nuevas posibilidades de despliegue y campos de experiencia enteramente nuevos en tu vida personal, debes aprender primero a aplicar estas leyes de creación a las áreas problemáticas de tu vida en las que te sientes perturbado, limitado, obstaculizado o atrapado. El despliegue sano del yo real le sigue a la creación de una personalidad sana. Esto puede suceder una vez que aprendes y comprendes que las leyes de creación sólo pueden funcionar si las aplicas primero a las áreas perturbadas de la personalidad.

Cualquiera sea la posibilidad que puedas concebir, puedes realizarla. Supón que estás inmerso en un conflicto al que no puedes verle una salida. En tanto no concibas una salida, verdaderamente no podrás darte cuenta de la posibilidad ya existente de resolución. Si tus conceptos acerca de la salida son vagos o no realistas, así serán las soluciones temporarias que te parecerá que son las únicas posibilidades. Lo mismo se aplica a tu vida como un todo. Si comprendes verdaderamente que en cualquier situación existe un número infinito de posibilidades, podrás encontrar soluciones allí donde hasta el momento era imposible hacerlo.

Su prerrogativa como seres humanos es hacer uso de estas leyes de creación y expandirse, de modo que estas posibilidades infinitas puedan desplegarse, permitiéndoles participar plenamente de lo que la vida ofrece. Si tu vida parece limitada, es sólo porque estás convencido de que tu vida debe ser limitada. No puedes concebir nada más que aquello que has experimentado hasta ahora y estás experimentando en el presente. Éste es precisamente el primer impedimento. Por lo tanto, para expandir tus posibilidades de felicidad, tu mente debe captar el principio de que no puedes traer a la vida algo que no puedes primero concebir. Deberías meditar verdaderamente sobre esta frase, ya que entender este concepto te abrirá nuevas puertas. Deberías entender también que hay una vasta diferencia entre concebir posibilidades adicionales de expansión o felicidad, por un lado, y soñar despierto por el otro. Aquí no me refiero en absoluto al soñar despierto añorante y resignado, que se aferra de la fantasía como un sustituto de la realidad gris, y que es de hecho un obstáculo para concebir correctamente los potenciales de la vida. Es necesario que tengas un concepto vigoroso, activo y dinámico de lo que es posible en la realidad. Cuando sabes que algo que deseas producir existe en principio, has dado el primer paso hacia su realización.

Por lo tanto, invito a cada uno de ustedes a considerar lo que concibe verdaderamente como posibilidades para su vida. Si te examinas con detenimiento encontrarás que concibes principalmente posibilidades negativas, que naturalmente temes, deseas evitar y contra las que te defiendes. Cuando usas la mayor parte de tus energías psíquicas para defenderte de posibles experiencias negativas, tu motivación es negativa.

La motivación negativa no implica necesariamente una intención destructiva. Para el caso, una motivación positiva en este contexto también podría significar una intención o meta muy destructiva. Evitar una posibilidad temida implica una motivación negativa. Al examinar de cerca tus procesos mentales y emocionales encontrarás que estás motivado negativamente en una medida considerable. Ésta es una de las primeras obstrucciones que te encierran en una prisión imaginaria e innecesaria. Esto se aplica, por supuesto, a todos los niveles de tu personalidad. Se aplica al nivel mental, en el que no puedes concebir realmente los infinitos panoramas de experiencia, de expansión, de estímulo y de todo tipo de posibilidades maravillosas y felices que tienes la prerrogativa de lograr en esta vida. Existe en el nivel emocional, en el que no permites el flujo espontáneo y natural de tus sentimientos, en el que retienes temerosa, ansiosa y suspicazmente. También existe en el nivel físico, en cuanto a que no permites que tu cuerpo experimente el placer que está destinado a experimentar. Todas éstas son limitaciones que te infliges artificialmente y sin necesidad.

La próxima obstrucción para expandir tu vida y crear para ti mismo la mejor de las vidas posibles es el siguiente grupo de concepciones erróneas que están ampliamente extendidas en el mundo: "¡No es posible ser realmente feliz! La vida humana es muy limitada. La felicidad, el placer y el éxtasis son metas frívolas y egoístas que la gente verdaderamente espiritual debe abandonar por el bien de su desarrollo espiritual. El sacrificio y la renuncia son las claves del desarrollo espiritual." No es necesario que elucidemos más estas concepciones erróneas profundamente alojadas, que a menudo son más inconscientes que conscientes. Pero es necesario que descubras el modo sutil en que te guías por tales conceptos generales, no importa lo que creas conscientemente. Podrás descubrir estas reacciones sutiles observando tu renuencia a dar pasos para hacer realidad la satisfacción perfectamente inofensiva y normal de una necesidad genuina o una meta verdaderamente constructiva. Sientes como si algo te estuviese reteniendo, paralizando tus esfuerzos. A menudo hay también algunas otras razones para esta renuencia – de algunas de las cuales hablaremos en breve – pero con frecuencia la verdad es que simplemente has aceptado una idea negativa que en realidad no tiene ningún sentido ni buen propósito.

El miedo a la felicidad, al placer, a la amplia expansión en las propias experiencias de vida está basado en la ignorancia de que tal plenitud podría existir o que posees todos los poderes, las facultades y los recursos para crear y hacer que suceda lo que deseas. También está basada en concepciones erróneas tales como: "El placer es algo malo", o: "Querer la plenitud personal es egoísta". El miedo a la felicidad también está basado en el miedo a ser aniquilado y disolverte si alguna vez confías en el fluir de las fuerzas universales y vas con ella. Tal confianza requiere que sueltes la voluntad del ego y las fuerzas del ego, y luego te entregues a las fuerzas benéficas de tu naturaleza profunda.

Cada uno de los seres humanos que hay en este mundo alberga una actitud de miedo y debilidad. Dado que este rincón de la personalidad generalmente induce a sentir una fuerte vergüenza, se lo mantiene en secreto, a menudo hasta de la mente consciente. Se inventan muchas estrategias diferentes para ocultar esta debilidad y esta dependencia que te hacen sentir totalmente impotente, incapaz de hacerte valer y aun de proteger tu verdad y tu integridad. Cuando se trata de esta área del alma uno se ve obligado continuamente a venderse y traicionarse para resguardarse de la desaprobación, la censura y el rechazo. La necesidad de ser aceptado por otros generalmente es menos vergonzosa que los medios a los que recurre la personalidad para aplacar y apaciguar a los demás. Los modos de defenderte son tan fundamentales psicológicamente que no podrás llegar lejos en tu trabajo de auto purificación a menos que trabajes en ver cómo funcionan en tu vida. Todos los mecanismos de defensa que has descubierto y quizás hasta has empezado a eliminar son o tus modos de obtener lo que consideras que es la aparentemente vital aceptación de los demás, o tus modos de ocultar tu sumisión avergonzante, a menudo mediante una actitud aparentemente opuesta de indiferencia, hostilidad o rebelión compulsiva y ciega y agresividad excesiva.

Pocas cosas les dan a los seres humanos tanto dolor y vergüenza como este lugar interior miedoso y débil que los hace sentir impotentes y los obliga a traicionarse. Ustedes ya saben, mis amigos, que esta área de la personalidad ha seguido siendo un niño. El niño todavía no sabe que la totalidad de la personalidad ha crecido y ya no es impotente y dependiente. Los infantes y los niños pequeños son verdaderamente impotentes y dependientes de los padres. Pero en el rincón infantil de tu ser o no sabes o no quieres saber que eso ya no es verdad.

El niño pequeño es dependiente de sus padres para todas las cosas básicas de la vida: el refugio, la comida, el afecto, la protección y por último, pero no por eso menos importante, para que le brinden placer, lo cual es muy necesario. Un ser humano no puede vivir sin placer. Negar esta verdad es uno de los errores más dañinos. El cuerpo, el alma, la mente y el espíritu se marchitan sin placer. Como adulto eres capaz de encontrar mediante tus propios esfuerzos y recursos tu propio refugio, comida, afecto y seguridad, entonces también eres capaz de hacer lo mismo con respecto al placer. En todas estas áreas debes tener contacto, cooperación y comunicación con otros en grados variables. No puedes obtener ninguna de estas cosas necesarias sin interactuar con otras personas. Pero esta interacción es enteramente diferente de la dependencia pasiva y débil del niño pequeño. La persona completamente adulta usa sus mejores fuerzas, inteligencia, intuición, talentos, observación y flexibilidad para llevarse bien con los demás al dar y tomar. Tu sentido adulto de la justicia te hace lo suficientemente maleable como para ceder. Y tu sentido del yo hace que te hagas valer lo suficiente como para que no te pisoteen ni se abusen de ti. El equilibrio a menudo delicado entre estas fuerzas de comunicación no puede ser enseñado. Sólo puede llegar mediante el crecimiento personal.

El niño es incapaz de alcanzar este equilibrio. Es rígidamente unilateral en su insistencia en recibir, ya que ésta es su necesidad. Lo mismo se aplica al placer. El niño debe tener el permiso de los padres para establecer y utilizar la fuente de todo placer que está en lo profundo de sí. A través del permiso de los padres, el niño desarrollará la fortaleza y la seguridad para hacer un contacto significativo. Cuando todavía necesitas que otra persona te permita experimentar placer, estás aún en la posición del niño o el infante. Repito, esto nunca implica que alguien pueda prescindir de los demás, pero para los adultos el énfasis está puesto en otro lugar. Los adultos maduros encuentran dentro de sí mismos un manantial inextinguible de sentimientos maravillosos. Cuando estos sentimientos están activados la inseguridad y la debilidad no pueden existir.

Cuando parte de tu desarrollo está detenido, esperas que otra persona, un sustituto de los padres, te haga posible acceder a la fuente profunda de tus propios sentimientos ricos. Conoces estos sentimientos placenteros y los anhelas, pero no sabes que ya no eres más un niño, que es dependiente de que otros le permitan activar y expresar estos ricos sentimientos. Ésta es tu tragedia humana, ya que de este modo entras en un círculo vicioso. Toda vez que se acepta como verdadera una concepción errónea, inmediatamente surge un círculo vicioso, paralizando las fuerzas de placer, que son una buena parte de la energía que está disponible para ti. Tu vida entonces se vuelve opaca y deslustrada.

Negar el intenso placer de ser, el placer de sentir el flujo de energía de tu cuerpo, tu alma y tu espíritu, es negar la vida. Cuando un niño sufre tal negación, su psiquis recibe un shock por la repetida ausencia de placer y por lo tanto, la repetida presencia de un anhelo insatisfecho. El shock impide el crecimiento en esta área de modo que toda la personalidad crece de modo desequilibrado. Tu mente adulta consciente ignora el hecho de que todavía existe dentro de ti un niño lloroso, demandante, enojado e impotente. Tu adulto cree que has crecido en tu totalidad. Sin embargo, en el nivel inconsciente en el que existe este niño, no te das cuenta de que has crecido y ya no necesitas el permiso de los padres, o de un sustituto de los padres, para acceder a tu fuente de placer y vida. No sabes que eres libre para ir hacia el placer, hacia tu propia plenitud, hacia la realización de tus propios poderes para obtener cualquier cosa que desees y necesites. Ésta es una de las escisiones más fundamentales que hay en la personalidad humana.

Miremos ahora un poco más de cerca este rincón oculto de la psiquis en el que todos ustedes han seguido siendo niños. ¿Dónde ignoras este hecho y dónde ignora tu niño interior los derechos y poderes de tu estado adulto? El círculo vicioso particular que mencioné antes es éste: cuando no sabes que todo existe ya en el universo y que puedes re-crearlo todo manifestándolo en tu propia vida, te sientes dependiente de una fuerza o autoridad externa para todos tus deseos y necesidades. A causa de esta distorsión de los hechos, esperas que la satisfacción venga de la fuente equivocada. Tal espera mantiene tu necesidad perpetuamente insatisfecha. Cuanto más insatisfecha está, más urgente se vuelve la necesidad. Cuanto más urgente sea la necesidad, mayor será tu dependencia y tu esperanza, y más frenéticos serán tus intentos de agradar a aquél que se supone que satisface tu necesidad. Entonces te desesperas; cuanto más lo intentas menos satisfaces tu necesidad precisamente porque tus intentos no son realistas. Conscientemente no sabes nada de esto; no sabes qué fuerzas te impulsan y ni siquiera sabes en qué dirección eres impulsado. Te desesperas porque en tu urgencia de que tu necesidad sea satisfecha, te traicionas, traicionas tu verdad y lo mejor de ti mismo. Tu esfuerzo frustrado y tu traición a ti mismo crean una corriente forzante.

La corriente forzante podrá manifestarse de un modo muy sutil y podrá no ser abierta en absoluto, pero las emociones estar todas restringidas y así distorsionadas por ella. Esto habrá de afectar inevitablemente a otras personas que te rodeen y tendrá sus consecuencias apropiadas y en concordancia con la ley. Cualquier corriente forzante inevitablemente hará que los demás se resistan y huyan, aun si aquello que son forzados a hacer es para

su propio beneficio y deleite. De este modo continúa el círculo vicioso. La continua frustración que crees que es causada por la negativa mezquina de la otra persona a cooperar y dar, trae a tu alma ira, furia, quizás hasta deseo de venganza y grados variables de impulsos crueles. Esto, a su vez, debilita aún más a la personalidad a medida que surge la culpa. Llegas a la conclusión de que debes esconder tus sentimientos destructivos para no provocar la hostilidad de esta otra persona que percibes como la fuente de vida. La red de enredos se vuelve cada vez más apretada, el individuo está completamente atrapado en esta trampa de concepciones erróneas, distorsiones e ilusiones con todas las emociones destructivas que éstas dan por resultado. Te encuentras en la posición ridícula de ansiar el amor y la aceptación de una persona a quienes odias y con la que estás resentido por haberte dejado insatisfecho por tanto tiempo. Esta insistencia unilateral en ser amado por una persona con la que estás profundamente resentido y a la que deseas castigar aumenta la culpa, ya que la presencia por siempre alerta de tu yo real lanza su reacción dentro de una mente que es incapaz de interpretar los mensajes del yo real y distinguirlos de aquellos que vienen del niño que está adentro.

El hecho de que el otro no satisface tu necesidad también debilita tu convicción de que tienes derecho al placer que tanto deseas. Sospechas vagamente que podrías estar equivocado hasta al desear este placer. Entonces empiezas a desplazar la necesidad y el deseo original y natural de placer a otros canales donde son sublimados. Surgen otras necesidades, compulsivas en mayor o menor grado. Todo el tiempo estás desgarrado entre la fuerza de la necesidad original profundamente oculta y la duda de si tienes derecho a que ésta sea satisfecha. Cuanto más dudas, más dependiente te vuelves de la confirmación repetida de este derecho por parte de una autoridad externa: un sustituto de uno de los padres, la opinión pública, o ciertos grupos de personas que representan para ti la última palabra de la verdad.

Cuanto más tiempo continúe este círculo vicioso, menos placer quedará en la psiquis y más displacer se irá acumulando. Una persona así habrá de desesperarse cada vez más con respecto a la vida y dudará de manera creciente de que la satisfacción sea posible. Llegas un punto en que una persona se rinde interiormente.

No hay un solo ser humano que no albergue dentro de sí tal área débil, al menos en alguna medida. En este rincón secreto, no sólo te sientes impotente y dependiente sino también profundamente avergonzado. La vergüenza se debe a los métodos que empleas para aplacar a la persona que en cualquier período se supone que cumple el rol de la autoridad y te otorgue el placer, la seguridad y el respeto por ti mismo que necesitas.

La corriente forzante dice: "tú debes". Les demanda a los demás que sean, sientan y hagan lo que tú necesitas y deseas. Puede ser que estas demandas no se manifiesten en absoluto externamente. De hecho, en la superficie podrías no hacerte valer para nada. Tu falta de habilidad o tu dificultad para hacerte valer sanamente es un resultado directo de tener que esconder la corriente forzante subyacente, avergonzante y amenazadora. Es amenazadora porque sabes muy bien que si se mostrase abiertamente, provocaría una gran censura y desaprobación y posiblemente hasta un rechazo abierto.

Los invito a todos ustedes a enfrentar vigorosamente esta área en sí mismos. Algunos de ustedes ya lo han hecho; otros aún están luchando con ella y han admitido su existencia sólo a medias. Quizás algunos de ustedes todavía tienen que enfrentarla. Pero todos ustedes deben abordarla si desean realizar los mejores potenciales de la vida y los propios, y si desean descubrir sus propios poderes infinitos para crear infinita bondad en su vida.

Cuanto más le arrojes a otros secretamente el "tú debes", más desactivarás tus propios poderes. El resultado es que te paralizas y te desactivas en cuerpo, alma y mente. Esta inactividad te impide entrar en tu propio núcleo, el lugar en el que existen todas las perspectivas realistas y todo el potencial para todo tipo de plenitud y deleite. Inadvertidamente te haces dependiente de otros que habrán de provocar en ti odio. Encontrar el tesoro de tu propio núcleo, por el contrario, te hace libre. Entonces el contacto con los demás se vuelve un lujo delicioso que provoca amor.

Al ejercer continuamente una presión interior encubierta sobre otros porque crees que eres dependiente de ellos, disminuyes tu provisión de energía disponible. Si la energía es usada del modo natural, correcto y significativo, nunca se extingue. Ustedes saben esto, mis amigos. La energía sólo se extingue cuando es usada de modo incorrecto. Hay innumerables métodos que los seres humanos usan para activar esta corriente forzante. Estos incluyen acatamiento en grados variables, resistencia pasiva, rencor, retraimiento, negación a cooperar, agresión externa forzada, intimidación y persuasión mediante una falsa fortaleza y asumiendo un rol de autoridad. En lo profundo todos ellos significan: "Debes amarme y darme lo que necesito." Cuanto más ciegamente estás involucrado en este modo de ser, más te debilitas y entonces más te alienas del centro de tu verdadera vida interior, donde encuentras todo lo que puedas necesitar y querer alguna vez.

Para reorientar las fuerzas del alma hacia la salud y restaurar su verdadera naturaleza, tiene que suceder lo siguiente: tienes que soltar a la persona particular o las personas de quienes esperas que darán plenitud a tu vida y con quienes simultáneamente te resientes por este hecho mismo. Debes reconocer que pones expectativas en otros y les haces demandas que sólo tú y nadie más puede satisfacer. Todo lo que necesitas y anhelas, incluyendo el amor real, sólo podrá llegar cuando tu alma esté libre de miedo y sepas que la fortaleza de tus sentimientos, con los que puedes dar y recibir amor, reside dentro de ti, ya que en tanto te aferres a otra persona del modo en que lo hace un niño, negando el adulto que eres, te esclavizas en el verdadero sentido de la palabra. Cuanto más hagas esto, menos podrás recibir o dar, y menos sentimientos reales de cualquier tipo acerca de cualquier experiencia vital podrán llegar a residir dentro de ti.

Dado que el miedo y el enojo ocupan la mayor parte del espacio de tu psiquis, es esencial que dejes salir estas emociones negativas del modo en que aprendes a hacerlo en el *Pathwork*, en el que nadie es dañado. Dejar que salgan el miedo y el enojo hace lugar para los buenos sentimientos. ¡Tantos de ustedes están aún encerrados y paralizados! Expresar miedo y enojo es lo último que querías hacer. Aun si admites tales emociones negativas en principio, todavía prefieres ponerlas en acción de modo inconsciente en vez de expresarlas directamente y asumir responsabilidad por ellas. Todavía dices tener una perfección falsa – aunque ya no creas más realmente que ésta exista en ti – para disponer favorablemente a los demás hacia ti. También te aferras desesperadamente a las emociones negativas porque tienes miedo de los sentimientos positivos. Éste es otro aspecto más del mismo círculo vicioso.

Cuanto menos te veas como responsable de los sentimientos negativos que todavía posees como así también de tu derecho y tu habilidad para crear felicidad, con más miedo habrás de vivir. En consecuencia, más tendrás que hacer algo para eliminar ese miedo. Así surge la motivación negativa. Vives una vida sustituta de evasión en vez de crear una vida expansiva y desplegada, llena de experiencias positivas y de placer. Tu meta es evitar la amenaza de expresar tus propios sentimientos negativos porque estos arruinarían tu posibilidad de obtener de los demás todo aquello que, de hecho, deberías obtener de tu interior. Apuestas tu salvación en otros, de quienes nunca puede llegar.

Tu reorientación hacia la vida, aparte de la necesidad fundamental de reconocer todos estos aspectos negativos, siempre debe comenzar con la disposición a soltar. Esto no se le puede imponer a alguien que no ha llegado a darse cuenta de modo muy exacto de la dependencia misma. Pero una vez que esto es así, se vuelve posible soltar aquello a lo que uno se ha estado aferrando tan firmemente. Es necesario que ocurra este aflojamiento para que se produzca un cambio en la estructura de equilibrio de las fuerzas del alma de modo que los círculos benignos puedan empezar a perpetuarse a sí mismos.

También es necesario que estés dispuesto a prescindir de tu racionalización que parece hacer que tu posición sea justificada, ya que siempre puedes tener éxito al presentar tu vida ante ti mismo y ante otros como si tus deseos, tus necesidades y las demandas que les haces a otros fuesen no sólo justificados, dado que no hay nada malo en ellos, sino que además son beneficiosos para la otra persona. Esto hasta podrá ser verdad, hasta cierto punto. Lo que quieres, en principio podrá ser algo bueno y estar dentro de tus derechos. Pero cuando usas una corriente forzante emocional oculta, procedes a buscar la satisfacción del modo equivocado y no le otorgas a la otra persona la misma libertad que deseas para ti. No le das a la otra persona el derecho de elegir libremente a quien amar y aceptar ni el derecho a no ser rechazado y odiado por hacer valer esta libertad. Ni siquiera le das al otro el derecho a equivocarse sin ser odiado y totalmente anulado. Ésta es una libertad que deseas mucho para ti mismo y te resientes profundamente con los demás cuando no te la otorgan. En tales casos eres incapaz de defenderte de un modo adecuado sólo porque en ciertos niveles emocionales no le das esta misma libertad a los demás. Cuando observes muy detenidamente, encontrarás que esto es verdad. Y cuando lo hagas, tu sentido de la justicia y la objetividad te ayudará a soltar aquello de lo que te aferras con tanta desesperación, aun mientras emocionalmente sigas creyendo que tu vida depende de lograr que el otro sienta y haga lo que tu deseas.

Una vez que hayas llegado a conocer esta condición inicial - teniendo en cuenta las diversas recaídas inevitables que siempre deben ser observadas nuevamente - darás un paso enorme hacia esa fuente de tu ser interior en la que no estás encadenado por la debilidad y la ansiedad, o por el miedo y el enojo. Todos ustedes se sienten perturbados por alguna soga que hay alrededor de su cuello que los mantiene dependientes y ansiosos en una situación en la que no pueden encontrar la fortaleza para hacerse valer, en la que se sienten absolutamente atrapados e incapaces de ver una salida porque todas las posibilidades parecen equivocadas. Sabes que ninguna de las alternativas visibles te da ese buen sentimiento acerca de ti mismo, esa fortaleza resistente y ese bienestar en el que aun los pasos difíciles se vuelven factibles porque sabes que son lo correcto para ti. La mayoría de

ustedes ha experimentado, al menos ocasionalmente, este estado de conocimiento interior en el que su yo real ha operado libremente dentro de cada uno. Nuestra meta es hacer salir completamente ese yo real.

Para liberar el yo real, debes encontrar esa área de tu vida en la que estás más atado y eres más ansioso. Pregúntate qué es lo que quieres del otro cuando te sientes tan atado, tan resentido, tan atemorizado, tan débil, tan incapaz de ser tú mismo. Experimenta esta atadura que sólo podrás dejar atrás cuando dejes de querer que los demás te provean aquello que tú deberías proveerte. Expresa en palabras concisas para ti mismo cualquier cosa que encuentres que necesitas de los demás. Esto hará que estés más cerca de soltarlo. Entonces sabrás que ésta es precisamente la necesidad compulsiva con la que te esclavizas, te debilitas y te paralizas. Cuando la sueltes, experimentarás una nueva fortaleza resistente que sale de ti y que repentinamente concilia problemas aparentemente insolubles. Te volverás libre a medida que dejes libre. Sólo cuando puedas perder en el nivel del ego podrás ganar en el nivel del yo real, donde está el poder de crear una vida buena.

Inversamente, tu falta de habilidad para renunciar, para ser justo, para dejar libres a los demás, tu insistencia en ganar y en que las cosas sean como tú quieres, y tu negativa a perder en el nivel del ego, hace que para ti sea imposible ganar allí donde cuenta y allí donde encontrarías tu verdadera fortaleza. Esto es lo que quería decir Jesús Cristo cuando decía que aquél que quiera vivir deberá estar dispuesto a perder su vida. En una de mis primeras conferencias hablé de esto cuando dije: "Debes renunciar a aquello que deseas ganar."

Aquí estamos tratando con niveles de conciencia. Espero que esté completamente claro que no se requiere ningún sacrificio o renuncia. Lo que se quiere decir es que no puedes obtener lo que quieres y lo que ciertamente deberías tener, presionando una fuente externa con todos tus esfuerzos. El énfasis debe cambiar de lugar. Si insistes en que debes ganar en el nivel equivocado, no podrás ganar de verdad. Si puedes perder en ese nivel del ego, ganarás. Entrarás entonces inevitablemente a ese núcleo de ti mismo en el que existe todo poder concebible. Al otorgarle a los demás el derecho a ser, sea conveniente o no para ti, en esa medida encontrarás verdaderamente tus propios derechos.

Encontrar estos derechos es un proceso de crecimiento gradual. El proceso se manifestará primero en que ya no te traicionarás ni te desvalorizarás. Encontrarás defensas buenas y genuinas contra el abuso y te sentirás bien acerca de ellas. Más tarde descubrirás tu derecho por siempre creciente al placer y la felicidad. Encontrarás que estás yendo hacia la realización de visiones de lo que tu vida podría ser y posibilidades que nunca soñaste que podrían existir. Repentinamente te permitirás el placer. Ya no te pondrás tenso ante él, tal como inadvertidamente sigues haciendo ahora. Dejarás de minar los procesos espontáneos y aprenderás a confiar en ellos. Esto abrirá una riqueza de vida y una seguridad que son verdaderamente celestiales. Al soltar y renunciar a tu corriente forzante interior, experimentarás la belleza de las relaciones libres y no forzadas. Cuando vives en el viejo patrón de dependencia, fuerzas a los demás para hacerlos hacer lo que tu quieres. Entonces tienen corrientes forzantes mutuas. Esto te debilita y crea muchas emociones negativas que hacen que pierdas contacto con el núcleo de tu ser real, como así también con tus buenos sentimientos. Cuando puedas perder con gracia, encontrarás un tesoro interior, un nuevo modo de vida que es una empresa enteramente nueva en la que recién te estás embarcando. Las áreas de tu vida en las que te sientes tan débil y atrapado dejarán de existir.

Llega hasta tu ser interior y comunícate con él con el propósito de eliminar esta debilidad que hay en ti que te ata y te retiene sin necesidad, haciendo que malgastes tu vida. Por mucho que glorifiques esta retención, no sirve para un buen propósito. Todos ustedes se refrenan de un modo u otro, tal como la humanidad ha hecho durante milenios, diciendo que el placer es malo, frívolo y no espiritual. Podrás tener tu propia excusa privada para embellecer tu debilidad y aparentemente hacer de ella un bien. Sin embargo al seguir este razonamiento no puedes llegar a encontrarte realmente cara a cara contigo mismo. Sólo al encontrarte cara a cara con tu debilidad y tu dependencia, con tu corriente forzante que les dice a los demás: "tú debes", podrás encontrarte también cara a cara con tu fortaleza y tu belleza, y con todos los potenciales que existen en ti de un modo que todavía ni siquiera puedes comprender.

Sean benditos por la gran fortaleza que hay aquí ahora, pero aún más por la gran fortaleza que reside dentro de ustedes. Estén en paz. ¡Permanezcan en Dios!

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

Argentina
México
Uruguay
Fundación

www.pathworkargentina.com.ar
www.pathworkmexico.org
Mercedes Olaso
www.pathwork.org

Tel. 52 55 53935124
Tel. 598 2 601-8612
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.