

Coloco abajo la traducción provisional del encuentro sobre **Leyes que gobiernan el amor por los demás**, hecho por Alan John Miller (Jesús) en el 2009.

[Está traducido mediante “google” y contrastando con el vídeo/transcripción en inglés. (Fecha de subida: 26 oct. 2026.)

Para más información ver enlaces abajo.]

19 julio 2009 - Taller con Jesús y María

Leyes de Dios

Leyes que gobiernan el amor por los demás (v1)

Más información: unplandivino.net

19 Jul 09. Seminar With Jesus & María:

God's Laws

Laws Governing Love Of Others

divinetruth.com

Transcripción: <https://divinetruth.com/docts/2009/20090719-1300-1300-jesus-dt-prs-gdlaws--Laws%20Governing%20Love%20of%20Others--en-transcript.pdf>

En youtube: youtube.com/watch?v=Kx1YqdgNICQ

Leyes que gobiernan el amor por los demás. Parte 1

1. Introducción¹

La charla de hoy trata sobre las leyes que rigen nuestro amor hacia los demás. El motivo por el que he querido abordar este tema con vosotros es que observamos a muchas personas que realizan cierto trabajo de procesamiento emocional; y al adentrarse en este proceso, a veces surge la sensación de que se les permite proyectar cualquier emoción sobre otras personas sin consecuencias. Y lo justifican argumentando que están procesando sus sentimientos —lo cual, en efecto, implica liberar algo—, pero queremos aclarar que esto no es así.

Si, al procesar y lidiar con distintas emociones, uno daña a otros —ya sea de forma deliberada o involuntaria—, en realidad también está deteriorando el estado de su propia alma. Por ello, analizaremos cómo procesar nuestras emociones sin causar daño a nadie, ni a nosotros mismos. He observado que muchas personas comienzan a procesar sus emociones en el “Camino del Amor Divino”, pero, al llegar a una “emoción que encubre una gran dosis de ira o rabia —y que, en su raíz, resulta muy intensa—, pueden sentir un miedo profundo ante ella. Entonces, empiezan a proyectar su ira y su miedo hacia el entorno, justificándolo mediante la Ley de Atracción de los demás —por ejemplo, diciendo: “Estoy enfadado contigo, y eso se debe a tu Ley de Atracción”—.

Ahora bien, al justificar nuestro propio comportamiento carente de amor, nos situamos en un estado álmico muy deficiente, deteriorando rápidamente la condición de nuestra alma. Por este motivo he querido tratar este tema hoy: cómo atravesar las distintas emociones teniendo presentes las diferentes leyes.

1.1. Si poseemos humildad, actuamos de forma amorosa hacia los demás de manera natural

De todo esto, hay algo fundamental que debéis recordar: si uno es humilde, nada de esto sucede. Si fuéramos realmente humildes, no necesitaríamos tener esta conversación. Recuerda que la definición de humildad es un deseo ardiente o una pasión por sentir y experimentar todas nuestras propias emociones. Así es como defino la humildad.

Entonces, ten en cuenta que tus emociones son parte de tu alma; por lo tanto, cuando sientes un deseo ardiente o una pasión por experimentar todas tus emociones, en realidad estás sintiendo un deseo ardiente o una pasión por experimentar a ti mismo. O, dicho de otro modo, cuando te encuentras en este estado de humildad, experimentas un deseo ardiente o una pasión por amarte a ti mismo. A este estado es al que llamamos humildad.

Ahora bien, si me encuentro en un estado de humildad, en realidad no necesito conocer ninguna ley que regule mi conducta hacia los demás. ¿Entiendes por qué?

¹ En el vídeo comienza en el minuto 3:19, tras comentar algunas cosas de logística, etc. (N.d.T)

Porque, al estar en este estado, asumo siempre la responsabilidad de todas mis emociones en cada momento; nunca proyecto mis emociones sobre otros. Por consiguiente, me encuentro en un estado de amor en lo que respecta a mi relación con los demás. Es bastante sencillo, ¿verdad? Recuerda que, en la Verdad Divina, las leyes fundamentales son muy, muy fáciles de comprender y captar a nivel intelectual, aunque a veces no resulta tan sencillo entenderlas y asimilarlas a nivel emocional. Intelectualmente son muy fáciles de comprender, pero su aplicación no es sencilla; por eso, a la mayoría de nosotros nos resulta bastante difícil llevarlas a la práctica. Así pues, aunque esta sea una definición muy sencilla de lo que es la humildad y lo que significa, ponerla en práctica suele ser muy complicado. A menudo nos vemos atrapados en tantas emociones difíciles y oscuras que, al final, terminamos por no practicar la humildad. Por esta razón, a veces es necesario que se nos recuerden las leyes que rigen nuestro amor hacia los demás.

1.1.1. Existe una jerarquía de las Leyes de Dios

¿Recuerdas que en la presentación de ayer (“Las Leyes de Dios: una introducción”) mencioné que las leyes de nivel más bajo son las relacionadas con lo físico y lo metafísico²? Se trata de principios como la ley de la gravedad, la ley de la aerodinámica, diversos aspectos sobre el funcionamiento de tu propio cuerpo, y todas estas cosas similares —todo ello forma parte de las Leyes de lo Físico o de las Leyes de lo Metafísico—. Aunque a muchos os pueda causar asombro ver que alguien sabe manejar estas leyes, lo cierto es que, desde la perspectiva de Dios, carecen de importancia.

También hablé de que el siguiente nivel corresponde a las leyes que atañen a la moralidad, o “Leyes del Amor Natural”. Estas son mucho más relevantes para tu propia vida y tu práctica personal que, por ejemplo, comprender las leyes de la metafísica. De hecho, al perfeccionar las Leyes del Amor Natural, los aspectos metafísicos de tu propio cuerpo también alcanzan la perfección como parte de ese mismo proceso. En otras palabras: una vez que se perfeccionan todas las Leyes del Amor Natural, los chakras del cuerpo permanecen totalmente abiertos en todo momento, el organismo adquiere la capacidad de regenerarse y sanar constantemente, y uno no vuelve a enfermarse nunca más. Esto sucede de forma automática cuando se comprenden y se ponen en práctica todas las Leyes del Amor Natural.

Asimismo, mencioné que por encima de estas existen las Leyes del Amor Divino, que constituyen el nivel más elevado posible. Sin embargo, al iniciar nuestra progresión, solemos partir de un punto en el que, en realidad, no comprendemos el amor en absoluto. Desde ese estado de desconocimiento avanzamos hacia una comprensión plena del amor: primero, entendiendo por completo el Amor Natural y, posteriormente, el Amor Divino. Al iniciar este camino sin una verdadera comprensión del amor, es evidente que, en el proceso de aprender a comprenderlo plenamente, cometeremos errores. Así que debemos analizar cómo nos afectan estos errores.

El propósito de la charla de hoy es ayudaros a comprender cómo los errores que cometéis al practicar el amor os afectan realmente, y qué podéis hacer para evitar que esto suceda —fundamentalmente mediante la práctica de la humildad—. Y, aunque no figure en el esquema, quiero señalar desde el principio que, si practicáis la humildad, no necesitaréis comprender el resto de lo que hoy vamos a tratar. Sin embargo, la mayoría de nosotros no podemos practicar la humildad a la perfección, ya que eso solo ocurre cuando estamos en plena unidad con Dios. Mientras tanto, estamos en proceso de aprender la humildad, lo cual implica un deseo ardiente —una pasión— por experimentar todas nuestras propias emociones, así como aprender a llevar esto a la práctica.

² Aquí Jesús emplearía esta palabra de ‘metafísico’ en un sentido digamos directo, de que nuestra vida como cuerpo-espíritu (el que todos ya tenemos), está asociada con los ámbitos del mundo espiritual —y su correspondiente conjunto de leyes—, un mundo este que podemos entender como que está “más allá de lo físico”. Los chakras mencionados más abajo corresponderían a un rasgo de nuestro cuerpo espiritual o “energético”. (N.d.T.)

Las Leyes del Amor Divino (y la humildad es una de ellas) abarcan gran parte de lo que concierne al amor natural; de hecho, esta única ley vuelve innecesario tener que comprender cientos de leyes relacionadas con el amor natural. No obstante, hoy analizaremos algunas de estas leyes del amor natural para que podáis observar su impacto en vuestras propias vidas. Además, comprender estas leyes suele ser de gran ayuda para identificar en qué aspectos no estamos en armonía con Dios. A menudo, avanzamos un poco hacia Dios, pero luego llegamos a un punto en el que nos quedamos estancados en una emoción; en esa situación, muchas veces no sabemos por qué estamos bloqueados ni por qué nuestra relación con Dios no mejora. Con frecuencia, esto se debe a que estamos infringiendo alguna ley —sin ser necesariamente conscientes de ello—, lo cual nos mantiene en un estado de estancamiento. Por lo tanto, a veces resulta útil comprender de qué ley se trata, por qué la estamos infringiendo y cómo se relaciona con nuestra relación con Dios.

Esperamos que la charla de hoy también os ayude en este sentido. Así pues, aunque hoy vamos a tratar las leyes que rigen las relaciones interpersonales —en particular, la relación con los demás—, en nuestro próximo encuentro abordaremos “Las leyes de Dios: las leyes que rigen el amor a uno mismo”. Veréis que ambos conjuntos de leyes —las que rigen el amor a uno mismo y las que rigen el amor a los demás— son, en realidad, las mismas; simplemente se aplican de forma distinta, ya que, en un caso, el objeto de nuestro amor es otra persona, mientras que, en el otro caso el objeto de nuestro amor somos nosotros mismos, obviamente.

Nuestro objetivo es ilustrar ambos aspectos para, más adelante, integrarlos en el ciclo de charlas sobre “las relaciones humanas”. Así, al analizar las relaciones de pareja —y qué hacer cuando surgen dificultades en ellas—, veréis cómo estas leyes salen a la luz de manera natural al examinar dichos vínculos. No obstante, cabe señalar algo importante: si mantenéis presente la humildad, no necesitaréis conocer ni comprender todas estas otras leyes. Es un punto que conviene tener en cuenta.

Dicho esto, lo primero que haremos será describir brevemente las leyes. Podría pasarme cuatro o cinco horas analizando cada una de ellas con vosotros, pero, obviamente, no lo haremos. Ofreceremos una breve descripción de cada ley, examinando cómo puede ponerse en práctica y cómo afecta tanto a uno mismo como a los demás cuando se infringe; además, veremos ejemplos de lo que sucede en relación con cada una de estas leyes. Y tenéis libertad para plantear cualquier pregunta a medida que avancemos. Es probable que no logremos cubrirlas todas debido a las limitaciones de tiempo de hoy; sin embargo, he preparado un documento extenso —que encontraréis en el esquema del seminario de esta mañana— con toda la información detallada para la consulta.

2. La Ley del Libre Albedrío

Analicemos, pues, la primera ley: la Ley del Libre Albedrío³.

Se trata de una ley fundamental que, de hecho, se aplica a todas las leyes de Dios. Es una de las leyes de mayor rango y rige la interacción que mantenemos con los demás. Significa que Dios nos ha otorgado este don —el libre albedrío—, un regalo que también ha concedido a nuestro prójimo, así como a nuestro enemigo. Consiste en la capacidad de hacer lo que uno desee, independientemente de si ello está en armonía con el amor o no. Ante este don, muchos de nosotros podríamos cuestionarnos: “¿Es realmente prudente por parte de Dios habernos dado tal cosa? ¿Qué ocurre si quiero hacer algo malo, o si mi vecino desea matarme? ¿Acaso Dios va a permitir algo así?”. La respuesta es sí, precisamente porque existe la Ley del Libre Albedrío. No obstante, recuerda que, si alguien decide actuar de ese modo, se enfrentará a las consecuencias —tal como vimos en “Las leyes de Dios: una introducción”—. Aun así, cada persona posee el libre albedrío necesario para tomar esa decisión.

³ Hay un taller en el año 2012 dedicado al *principio* del libre albedrío. (N.d.T.)

2.1. El amor hacia los demás siempre respeta su libre albedrío y les ayuda a expresarlo

2.1.1. Primer ejemplo: un niño con la habitación desordenada

¿Cómo nos afecta esta ley en nuestra relación con los demás? ¿Cómo trataremos a los demás si comprendemos esta ley? Pues bien, una de las primeras cosas que haremos será respetar siempre el libre albedrío de la otra persona en todas nuestras interacciones con ella. Nunca intentaremos coartar el libre albedrío de nadie; jamás trataremos de manipular a los demás ni de controlarlos para que hagan lo que nosotros queremos. Suena bien en teoría, pero en la práctica esto significa que, cuando tu hijo de cinco años no quiere recoger su habitación, debes respetar su libre albedrío. ¿Qué solemos hacer normalmente en su lugar? Lo habitual es decir: “Recoge tu habitación, o si no...”; donde ese “o si no” suele implicar algún tipo de castigo —como por ejemplo quitarle algo—. ¿Acaso eso es respetar su libre albedrío? No.

Entonces, ¿cómo abordamos esta situación? Si comprendemos la Ley del Libre Albedrío, ¿te das cuenta de que no manipularíamos a nuestros hijos para que ordenen su habitación? ¿Puedo explicarte por qué? Porque el hecho de que a tu hijo no le importe su entorno se debe a que tiene una falta de amor por sí mismo; al pedirle que ordene su habitación, no estás abordando la causa subyacente del desorden. Su habitación está desordenada porque no se cuida lo suficiente a sí mismo ni a su entorno; se trata de una emoción dañada que, de hecho, proviene de ti, y que, en este momento, tu hijo está desencadenando en ti.

Puede ser que seas una persona extremadamente ordenada y que te estrese tanto el tema de la limpieza que, precisamente por eso, tu hijo sea desordenado —esa es una de las razones por las que podría estar sucediendo—. O bien, tal vez ocurrió que tus padres te manipularon intensamente y te obligaron a base de castigos físicos a mantener la habitación ordenada, por lo que ahora te sientes impulsado a comportarte de la misma manera con tu propio hijo. O bien, yendo a la raíz del asunto, podría tratarse de que no nos queremos lo suficiente a nosotros mismos; por consiguiente, nuestro hijo no ha aprendido a amarse lo suficiente y, debido a ello, mantiene un entorno desordenado.

Pero, ¿te das cuenta de que, si no abordo la causa —y profundizamos más en la relación causa-efecto en la charla sobre “Las leyes de Dios: la ley de causa y efecto”⁴— y, en cambio, intento manipular su libre albedrío, estoy infringiendo una ley en mi forma de amar a mi hijo? ¿Ves cuántos matices sutiles hay en todo esto?

2.1.2. Segundo ejemplo: un esposo que deja la casa hecha un desastre

Por lo tanto, para favorecer el libre albedrío de otra persona, lo primero es no intentar coartarlo y, lo segundo, tratar siempre de ayudarlo a expresarlo. Así, en una relación, por ejemplo, si sabes que tu esposo o esposa deja de hacer algo que desea porque tú no quieres que lo haga, te sitúas inmediatamente en desarmonía con la Ley del Libre Albedrío. Y esto es aplicable a cualquier situación dentro de una relación.

Veis, esto no es poca cosa, ¿verdad? ¿Cuántas veces nos enfadamos con nuestra pareja porque no hace exactamente lo que queríamos que hiciera? Por ejemplo: supongamos que eres la mujer y tu pareja el hombre; te vas fuera durante un fin de semana y él decide pedir comida a domicilio durante todo ese tiempo, dejando todo tirado por cualquier parte. Y luego, el domingo por la noche regresas a casa tras un fin de semana maravilloso fuera, y te encuentras con un desorden por todas partes. Él está ahí, sentado frente al televisor, con su cerveza, y terminándose lo que queda de la comida china que acaba de devorar.

⁴ Este taller se haría en el 2011. (N.d.T.)

Eso es su libre albedrío en acción. No es que yo esté de acuerdo con su libre albedrío, sino que reconozco su derecho a expresarlo de esa manera. Él tiene permitido expresarlo así. Por otro lado, tu propio libre albedrío implica que, como mujer que llega a casa, no tienes la obligación de recoger el desorden; aunque, en el proceso, tal vez debas abordar ciertas cuestiones relacionadas con su falta de amor hacia ti. Sin embargo, no intentarías obligarlo a dejar de hacer algo que él ya ha elegido hacer, y ni siquiera te molestarías por ello si te encuentras en un estado de amor. Eso sí, es posible que no te quedes mucho tiempo a su lado si él continúa actuando así; hablaremos sobre el amor de uno mismo como parte de este proceso en la sesión titulada “Las leyes de Dios: leyes que rigen el amor por uno mismo”. Pero, en definitiva, es una manifestación de su libre albedrío, y él tiene derecho a hacer eso.

2.1.3. Tercer ejemplo: un soldado que asesina a un niño

Llevémoslo un paso más allá. Supongamos que vives en un país devastado por la guerra; unos soldados entran en tu casa, se llevan a tus hijos y les disparan. Eso es su libre albedrío en acción, y si aplicaras esta ley, no estarías coartando su libre albedrío. Es un planteamiento bastante extremo, ¿verdad?

Participante: ¿Existen excepciones?

¡No! ¿Por qué habría de haber excepciones?

Participante: ¿Acaso no sería parte de tu propio libre albedrío proteger a tus hijos en una situación así?

Por supuesto, pero al hacerlo estarías infringiendo una ley al interferir en el libre albedrío de ellos. Entonces, ¿qué haces? ¿Te das cuenta de que el amor en acción es algo muy, muy distinto al amor expresado solo con palabras? Hablamos de él, pero eso es muy diferente a lo que luego hacemos.

Participante: AJ, en esa situación, ¿no podrías suplicarles que cambien de opinión?

Sin duda, eso sería apropiado. Sería apropiado suplicarles que cambien de opinión, pero no sacar un cuchillo o un arma y dispararles para evitar que lo hagan, porque así estarías vulnerando su libre albedrío. Cuando digo este tipo de cosas, a la mayoría de las personas les parece algo muy difícil de poner en práctica, pero esta es la verdad acerca de lo que os estoy hablando.

Ahora bien, si realmente confiaras en Dios y en todas Sus leyes, sentirías muy poco miedo ante tal suceso. ¿Por qué? Porque, en el fondo, sabrías que la muerte no existe y que, en el caso que he planteado, tus hijos habrían experimentado muy poco dolor al morir. Llegarías a un punto en el que, de hecho, sentirías compasión por quienes están cometiendo el acto; pero eso requerirá mucho amor por tu parte, así como una gran práctica del perdón y de otras cualidades similares.

Hasta tal punto llega el libre albedrío según Dios: algunos de Sus hijos mueren debido al libre albedrío ejercido por otros de Sus hijos. Dios siente al respecto lo mismo que sentirías tú si uno de tus hijos atacara a otro; de hecho, Dios siente un amor aún mayor que el tuyo ante una situación así. Ese es el alcance que Dios desea que le demos a esta Ley del Libre Albedrío cuando la ponemos en práctica.

¿Te das cuenta de que, si todos actuaran así, viviríamos en una existencia utópica en este planeta? Si todos lo hicieran, significaría que incluso aquel que llegara con la intención de asesinar a los niños no sería capaz de hacerlo. Ni siquiera sería capaz de entrar por una puerta sin llamar primero y pedir permiso para pasar. Si él lo pusiera en práctica —y si todos en el planeta lo hicieran—, reinaría una utopía en la Tierra, caracterizada por una relación pacífica entre todos los países y todos los individuos; bastaría únicamente con la Ley del Libre Albedrío. Así de poderosa es esta ley, siempre y cuando se aplique realmente. Pero, por desgracia, esto requiere que, aquí en la Tierra, haya un grupo de personas que comiencen a practicarla; y es precisamente ahí donde la mayoría de nosotros fallamos,

porque lo que queremos es justicia.

Por ejemplo, en la situación que acabamos de comentar, la mayoría de nosotros exigiría justicia: querríamos entrar en su casa, matar a sus hijos y ver cómo se sienten al respecto; al fin y al cabo, eso es lo que ocurre en una guerra. Y todo sucede porque no respetamos el libre albedrío de los demás. Si respeto tu libre albedrío por completo, lo haré incluso si tú me matas. Es, sin duda, una exigencia enorme, pero se trata de una de las leyes fundamentales en cuanto a amar al prójimo.

Esto también implica que no proyectaré ira ni rabia hacia otra persona por nada de lo que haya hecho; pues, si respeto su libre albedrío, acepto el hecho de que esa persona tiene la libertad de realizar cualquier acción que haya llevado a cabo. Debo hacerme cargo de mis propias emociones. Por supuesto, no tengo por qué permanecer cerca de esa persona, pero si asumo la responsabilidad de mis emociones y las siento —todas ellas—, ni siquiera sentiré rabia hacia ellos, sino una sensación de perdón. El perdón es una emoción sumamente poderosa.

¿Has oído hablar de aquel hombre en Hawái, el Dr. Hew Len? Él perdonaba a los pacientes en la unidad de psiquiatría y, sin saberlo, en realidad estaba perdonando a los espíritus que estaban impulsando a dichos pacientes en la mayor parte de sus actos⁵. Y el simple acto de perdonar a estos espíritus —que impulsaban a los pacientes a realizar actos de naturaleza malvada, algo que ocurría sin que los propios pacientes fueran conscientes de ello— provocó que los espíritus y los pacientes se desconectarán entre sí, permitiendo que los espíritus siguieran su camino. Esto, a su vez, permitió que los pacientes pudieran también avanzar; de hecho, logró que la mayoría de las salas quedaran vacías de pacientes, simplemente mediante el acto de perdonar.

Participante mujer: ¿El proceso consiste, en esencia, en limpiar tus propios pensamientos? Dicho de otro modo, todo comenzaría en tu propia mente, perdonando aquello que llevas dentro...

Perdonando eso dentro de ti misma. Bueno, cuando abordemos el tema del perdón —lo cual requiere una conversación aparte—, profundizaremos en este principio.

2.2. Es un acto de amor permitir —aunque no apoyar— que una persona ejerza su libre albedrío de una manera carente de amor

Si analizamos esto desde una perspectiva centrada en la acción, la Ley del Libre Albedrío resulta sumamente poderosa, ya que te permite actuar en armonía con el libre albedrío de quienes te rodean; de hecho, favoreces el ejercicio del libre albedrío de los demás. El único caso en el que no apoyarías activamente el libre albedrío de alguien es cuando esa persona realiza acciones que vulneran el libre albedrío de otros. Por ejemplo, si Ken decidiera hacer daño a Hiroko, ¿qué haría yo? No apoyaría que le hicieras daño a Hiroko; si bien reconozco tu derecho a elegir hacerlo —si eso es lo que deseas—, te rogaría encarecidamente que no lo hicieras.

Esto se debe a que también defiende el derecho de ella a ejercer su propio libre albedrío. Por esta razón, resulta apropiado, como dijisteis, interceder —suplicar— ante la persona que, por ejemplo, está causando daño a nuestros hijos o desea acabar con sus vidas. Es poco frecuente que esto tenga un efecto real en la persona si esta se encuentra en una condición deplorable; sin embargo, existen consecuencias de ese acto, en cuanto a la Ley de Compensación para dicho individuo. Al comprender esta ley —la Ley de Compensación—, comenzamos a ver que todo lo que Dios hace está perfectamente organizado para corregir a la persona que está vulnerando el libre albedrío de otra. Por mi parte, haría todo lo que estuviera en mis manos para facilitar ese proceso. ¿Podéis ver, entonces, cómo se ve afectado el amor hacia los demás en este contexto? Piensa en todas las ocasiones, en el pasado, en las que intentaste manipular el libre albedrío de alguien; sabías que esa persona no deseaba hacer algo y,

⁵ Sobre la influencia de espíritus (gente desencarnada), ver por ejemplo los talleres sobre la ley de vinculación y comunicación con espíritus (2009), o el taller sobre responder positivamente a la influencia de espíritus (2012). (N.d.T.)

aun así, lograste que lo hiciera mediante coacción —por ejemplo, a través de un castigo o, en el caso de un niño, retirándole el afecto—. Cada vez que actuábamos así, en realidad estábamos quebrantando una ley del amor.

Participante: ¿Se considera una transgresión a la ley del amor realizar acciones que no llegan a causar daño físico a una persona? Pensemos, por ejemplo, en una situación con rehenes: ¿qué ocurre al intentar rescatar a las personas? Es algo que me genera conflicto. Imagina una situación donde alguien logra desviar la atención de los captores —o incluso manipularlos— para permitir que las otras personas escapen, sin necesidad de recurrir a disparos ni de causar daño físico. Entiendo que esto implica quebrantar una ley, pero me refiero a situaciones en las que alguien está vulnerando el libre albedrío de otros; a veces, una simple súplica no basta para cambiar la situación, pero quizás existan formas de ayudar a esas personas a ponerse a salvo o a modificar la acción que está coartando su libre albedrío.

Por supuesto; permíteme dar un ejemplo. En el libro *Through the Mists* [“A través de las nieblas”], se relata cómo Aphraar —conocido como Frederick durante su vida en la Tierra— ingresó al mundo espiritual: desarrolló un deseo tan profundo de ayudar a los demás que, al ver un carruaje tirado por caballos a toda velocidad a punto de atropellar a un niño, corrió y, sin pensarlo, lo tomó en brazos para ponerlo a salvo. Así que, sin duda, fue un acto en el que ejerció su libre albedrío en armonía con el amor. Ambos murieron; tanto él como el niño, y llegaron al mundo espiritual en un estado bastante bueno; y en el caso de él, esto se debió a que el último acto de su vida consistió, precisamente, en intentar salvar a otra persona.

Ahora bien, uno no intentaría salvar a otra persona infringiendo una ley de Dios. Él no trató de salvar a la persona quebrantando ninguna ley divina; simplemente, sin pararse a reflexionar, quiso poner a esa persona a salvo. No buscó ponerse a sí mismo en peligro; ni siquiera lo pensó. Simplemente experimentó un sentimiento de amor que le impulsó a actuar como lo hizo. Y, ciertamente, todos podemos hacer algo así en cualquier momento. La clave reside en sentir nuestras emociones en cada situación y percibir si están motivadas por el miedo o por el amor. Recuerda que, siempre que el miedo sea el motor, en tu interior hay una emoción que no está en armonía con el amor. Por lo tanto, si me mueve el miedo —por ejemplo, ante una situación con rehenes, el temor a que todos muramos y la necesidad imperiosa de escapar—, es evidente que, en ese caso, me encuentro fuera de armonía con el amor. En cambio, si lo que me impulsa es el amor, la situación es completamente distinta.

La clave reside en que, si el amor se vuelve una parte tan íntima de tu corazón, ni siquiera necesitarás tomar una decisión ante una determinada situación; simplemente te verás impulsado, de forma natural y espontánea, a actuar movido por el amor —tal como le ocurrió a Aphraar, quien se sintió impulsado a salvar a un niño sin siquiera pensarlo—. Así es como seremos nosotros.

A menudo oímos hablar de ciertas situaciones, como cuando alguien es asaltado o golpeado mientras camina por la calle, donde nadie interviene; la gente simplemente se queda mirando. ¿Acaso eso es actuar con amor? ¿Sería amoroso decir: “Es que es su libre albedrío, es su Ley de Atracción; así que me quedo aquí sentado a observar”? En realidad, eso no está validando el libre albedrío de la persona que está siendo agredida, ¿verdad? Por mi parte, yo sin duda intervendría —aunque eso conlleve que el agresor termine atacándome—. No trataría necesariamente de defenderme a mí mismo o a la otra persona, pero sí me acercaría e intentaría, de algún modo, apelar a la conciencia del agresor para que detuviera su acción. Por supuesto, si todo el mundo practicara esto, tales sucesos jamás ocurrirían —esta es otra consideración a tener en cuenta—.

2.3. Emociones que nos llevan a transgredir la Ley del Libre Albedrío

¿Puedes ver, entonces, cómo la Ley del Libre Albedrío influye en nuestras relaciones? Al expresar tu amor por los demás, pregúntate: “¿Estoy favoreciendo su libre albedrío, o en realidad estoy tratando de

restringirlo o controlarlo? ¿Estoy intentando manipular a los demás debido a algún miedo personal, o a causa de emociones que estoy negando dentro de mí?”. Hazte estas preguntas; al hacerlo, saldrán a la luz aquellas emociones que te impulsan a no respetar el libre albedrío de otra persona. ¿Cuáles podrían ser algunas de esas emociones? ¿Qué sentimientos podrías albergar en tu interior que te llevan a no respetar el libre albedrío de los demás? Por ejemplo, si eres padre o madre, ¿qué sentimientos experimentarías si tu hijo tuviera la habitación sucia? ¿Qué emoción te impulsaría a querer que tu hijo limpie su habitación? ¿Cuál sería esa emoción?

Participante: Como madre, lo que siento es una sensación de suciedad, de falta de limpieza; de hecho, acabo de pasar por una experiencia así con mi hija mayor.

¿Sentiste también que eras una mala madre? Por ejemplo, ¿cuando venían visitas?

Participante: No, sabía que era mi propia emoción. Simplemente quería que todo estuviera limpio para sentirme mejor yo misma, para sentirme “limpia”. Me di cuenta de que, en el fondo, se trataba de una falta de amor por mí misma y de valoración personal, algo que mi hija me estaba mostrando.

Entonces, ¿conectaste con sentimientos de falta de valía personal?

Participante: Sí, pero no sirvió de mucho; ella no limpió su habitación. La situación se prolongó durante unas seis semanas, acumulándose cada vez más, y yo sentía mucha tristeza y pesar.

¿Llegó ella a un punto en el que decidió limpiarla por su cuenta?

Participante: La animé con delicadeza —creo—, y le ofrecí un poco de ayuda. Al final la limpió, pero tuve que seguir animándola. Eso sí, no estaba enfadada; fue más bien una forma de aliento.

2.3.1. Un ejemplo: un invitado desordenado

¿Puedo compartir un caso en el que trabajé con una persona que tenía este problema? Tenía un amigo que rara vez se aseaba y nunca usaba desodorante ni nada por el estilo. Tampoco solía lavar su ropa, así que, al acercarte a él, desprendía un olor bastante fuerte. Cuando intentabas abrazarlo, el hedor era tan intenso que se te saltaban las lágrimas. Por eso, resultaba muy difícil expresarle afecto.

A veces, cuando venía del extranjero, se quedaba en casa de alguien —o en la mía—, y su habitación siempre terminaba hecha un desastre. Abrías la puerta y te encontrabas con toda su ropa esparcida por el suelo. La cama estaba totalmente desordenada y, al entrar en la habitación, se percibía un olor muy desagradable.

La mayoría de la gente no sabría qué hacer en una situación así: “¿Le permitimos quedarse otra semana o le pedimos que se vaya? ¿Qué hacemos? Es una situación realmente incómoda”. Me di cuenta de que el gran problema que él tenía era una cuestión personal: la falta de amor por sí mismo. Porque, cuando no te quieres, no te importa a qué hueles, lo que comes, ni cómo está tu entorno, tu habitación o tu ropa. Así que nos sentamos a hablar sobre lo poco que se valoraba —lo poco merecedor que se sentía de amarse a sí mismo— y sobre la profunda carencia de ese amor que experimentaba. Durante los dos días siguientes, entre comida y comida, estuvo llorando por este motivo; y al día siguiente se puso manos a la obra: limpió su habitación, sumergió toda su ropa en desinfectante, la metió en la lavadora y eliminó por completo el mal olor. Después, fue a comprar desodorante era, de hecho, bueno para su cuerpo —no esos aerosoles que contienen aluminio, sino algo que realmente no le hace daño—, y empezó a usarlo de inmediato. La transformación fue asombrosa, después de que se desahogara, llorando por lo indigno que se sentía y por lo mal que se percibía a sí mismo.

Al final, se dio cuenta de que utilizaba esa situación para mantener a los demás alejados; en realidad, la usaba para evitar la cercanía, porque sentía que no era lo suficientemente digno como para tener a nadie cerca. Y la mejor manera de evitar esa cercanía, sin decir una sola palabra, era oler mal, para que nadie quisiera acercarse. Esa es la emoción que, finalmente, él logró procesar. Pero, en realidad, de otro modo podríamos haber vulnerado su libre albedrío. Es decir, podríamos haberle dicho: “No te quedarás aquí ni un día más hasta que limpies esta habitación”. Eso es algo que podríamos haber hecho —y quizás nos habríamos sentido justificados al hacerlo—. También podríamos haberle dicho: “No te volveré a dar un abrazo; hueles demasiado mal como para hacer eso”. Pero, fíjate, si yo hubiera actuado así, nunca habríamos abordado la emoción subyacente; además, habría vulnerado su libre albedrío, y esto a su vez habría supuesto un deterioro del estado de mi propia alma. Sin embargo, tuvimos que ser lo suficientemente valientes como para decirle la verdad.

Participante mujer: Mencionaste que tuvisteis que ser lo suficientemente valientes para decirle la verdad, pero ¿cómo exactamente iniciasteis la conversación?

Simplemente le dije: “He notado algo, y es que no te tienes mucho amor”. Él respondió: “Ah, vale”. Entonces le pregunté: “¿Puedo explicarte por qué, o cómo es que me di cuenta?”. A continuación, enumeré todos los detalles; fui muy específico sobre lo mal que olía él, lo mal que olía su ropa y lo desordenada que estaba su habitación. Después, le hice ver que el problema no tenía que ver con esas cosas en sí mismas, sino con el amor que él tiene por sí mismo.

Si actúas con amor hacia los demás, vas a ayudarles a abordar la causa; no te limitarás a lidiar con los efectos (y en un momento hablaremos sobre la Ley de Causa y Efecto). Esto se aplica, por ejemplo, a la interacción con un niño cuya habitación está desordenada: el desorden es el efecto, mientras que la causa es la razón subyacente por la cual la persona mantiene su espacio así. ¿Cuál es la condición emocional o el motivo profundo que la lleva a actuar de esa manera? Si la amas, podrás ayudarla a descubrir esa emoción.

Participante hombre: ¿Existe algún caso en el que ocuparse del efecto, en lugar de la causa, pueda ayudar a resolver la causa?

No, nunca. Dios jamás se ocupa de los efectos de los problemas; ya hablaremos de esto en un momento, al analizar la ley en sí.

Volviendo al tema del libre albedrío: a menudo nos vemos tentados a vulnerar el libre albedrío de los demás en nuestras interacciones con ellos, y la mayoría de las veces ni siquiera somos conscientes de que lo estamos haciendo. Si te detienes a analizar tu propia vida descubrirás que existen en ti diversas emociones que te impulsan a actuar así. Y puede ocurrir de formas muy sutiles: imagina que sientes ira cuando alguien hace algo que no te agrada; nunca se lo expresas, no gritas a esa persona; quizás te alejes un poco, pero, desde un punto de vista intelectual, la otra persona no tiene ni idea de lo que estás sintiendo. Sin embargo, si la persona posee sensibilidad a nivel del alma, percibirá ese bombardeo de ira y rabia que emana de ti; y, al ser sensible a ese nivel, es muy probable que modifique su comportamiento. Así es como muchos padres controlan a sus hijos sin darse cuenta: al sentir esa ira y rabia en tu interior, un niño que sea muy sensible cambiará automáticamente su conducta, incluso aunque no hayas expresado verbalmente nada de esa ira y rabia que tienes dentro. Cambiarán su comportamiento automáticamente; y les estás coartando su libre albedrío.

De hecho, ese es precisamente el propósito de la ira y la rabia. ¿Acaso la ira y la rabia no sirven para alejar a la otra persona o para controlarla, a fin de conseguir de ella lo que desees? Todo tiene que ver con tus expectativas.

¿Te das cuenta de que existen muchos ejemplos? He incluido algunos en el esquema del seminario. Por ejemplo, en el caso de nuestras amistades: “Me siento solo, enfermo o desesperado, así

que necesito que mi amigo venga a verme. No importa lo que él esté haciendo con su vida; tiene que venir. Si no viene, entonces ya no es mi amigo”. Eso supone no respetar el libre albedrío de la otra persona. A diario, actuamos de muchas maneras similares; debemos ser conscientes de lo que realmente está ocurriendo.

3. La Ley de la Pasión y el Deseo

Bien, ¿cuál es la siguiente ley? La Ley de la Pasión y el Deseo.

Esto está vinculado a la Ley del Libre Albedrío: tengo permitido desear o querer cualquier cosa que me plazca y, de hecho, cuando albergo un deseo, este crea al instante todo lo que me rodea. Si mi deseo no está en armonía con el amor, generará una serie de resultados inarmónicos cuya experiencia dolorosa terminaré sintiendo. Si, por el contrario, mi deseo está en armonía con el amor, dará lugar a una serie de resultados armoniosos; y ante tal creación, mi corazón saltará de alegría. Todos y cada uno de nosotros —incluyéndome a mí, por supuesto— debemos aprender a practicar la Ley del Deseo, a aprender a vivir conforme a nuestros deseos y pasiones.

Entonces, ¿qué hacemos en nuestra relación con los demás? Permitimos que otras personas vivan según sus propias pasiones y deseos. Imaginemos, por ejemplo, que vuelvo a ser padre y tengo un hijo adolescente. Yo quiero que vaya a la universidad, pero él prefiere pasarse dos o tres años por ahí, conduciendo y surfeando. ¿Qué hago? Si sigo la Ley del Deseo y la Ley del Libre Albedrío, se lo permitiré. Al fin y al cabo, no se está haciendo daño a sí mismo ni a nadie más, ¿verdad? A menudo pensamos que sí se está perjudicando, que no tendrá otra oportunidad para ir a la universidad, y nos preguntamos: “¿Qué hará el resto de su vida?”. Pero, así, ¿qué estamos expresando realmente? Estamos proyectando todos nuestros propios miedos en él. ¿Y qué crees que sucede con su deseo? Termina siendo reprimido.

¿Cuántos de vosotros, si se os pregunta qué pasiones y deseos tenéis, ni siquiera sabéis cuáles son? ¿Por qué ocurre esto? Porque, cuando éramos pequeños, nos sucedió precisamente eso: nuestro entorno y nuestra crianza nos coartaron, de modo que ahora no tenemos ni idea de lo que realmente queremos. Es algo muy triste, porque la Ley del Deseo tiene que ver con la creación. Todo lo que te rodea es creado por aquello que desees con pasión.

Tuve una experiencia en el extranjero en la que viví con una familia durante un par de días. Es interesante viajar y alojarse con otras personas, ya que a menudo surgen interacciones a través de las cuales ellas empiezan a aprender, en la práctica, los principios de la Verdad Divina. Sucedió que la hija —creo que tenía unos doce años en aquel entonces— quería un caballo. Aunque vivía en plena ciudad —Dallas, Texas—, la niña deseaba tener uno. Ella dio cauce a su deseo: anhelaba el caballo y encontró a una amiga cuyos padres tenían establos. Así que empezó a ir allí cada fin de semana para cuidar y cepillar a los caballos. Ella quería que alguien le regalara uno; insistía constantemente a su padre para que se lo comprara, pero él respondía: “No, no vas a tener ningún caballo; hay que comprarle comida, ocuparse de esto, adquirir aquello...”. El caso es que, finalmente, le regalaron uno, y las personas para quienes ella trabajaba le permitían mantenerlo allí. Lo único que tenía que hacer era ganar suficiente dinero para cubrir los gastos de su alimentación. Sin embargo, cuando acudió a sus padres para pedirles permiso, ellos se lo denegaron; sin embargo, según la Ley del Deseo —su propia creación—, ella ya lo había manifestado: ya lo tenía. No obstante, todo el proceso se vio truncado debido a los temores de los padres sobre las posibles consecuencias de la situación.

3.1. El amor facilita los deseos y pasiones de los demás

Resulta muy interesante observar lo que ocurre con esta Ley del Deseo cuando no permitimos que se desarrolle en los demás —especialmente en nuestros hijos, pero también en todas las personas que nos rodean—. Cada vez que intentas impedir que alguien haga lo que realmente desea, estás infringiendo la

ley. Por lo tanto, cada vez que reprimes, aunque sea solo un poco, los deseos de tu hijo, estás quebrantando la ley. Del mismo modo, si tu pareja quería ir a jugar al golf y tú no querías que lo hiciera, has reprimido su deseo y, con ello, has infringido la ley. Cada vez que tu esposa quería irse de vacaciones unos días y tú querías que se quedara en casa para cuidarte, estabas infringiendo la ley. En realidad, podrías favorecer el deseo de tu pareja, de tus hijos, de tus amigos o de cualquier persona a tu alrededor. Y lo contrario también es cierto: cuando te das cuenta de que alguien no está actuando en armonía con su verdadero deseo, hablas con esa persona al respecto y, si está haciendo algo por ti, te niegas a aceptarlo.

3.1.1. Un ejemplo: pagar la cena en un restaurante

Te daré otro ejemplo. Salí a cenar con tres mujeres. Esto ocurrió, de nuevo, en el extranjero; yo había pagado las dos o tres comidas anteriores en las que habíamos salido todos juntos. Estas mujeres consideraron que esta vez una de ellas debía pagar la cuenta. Así que una propuso hacerse cargo del pago y yo dije: “No, lo siento, pero voy a pagar la comida”, y me levanté en ese mismo instante y pagué; no pedí su aprobación. Luego regresé y me senté; ella estaba muy enojada conmigo y dijo: “¿Por qué hiciste eso? ¿Acaso no has vulnerado mi libre albedrío?”. Respondí: “Lo siento, en realidad no he vulnerado tu libre albedrío; tu libre albedrío consistía precisamente en no querer pagar la comida. La impresión que recibí de ti y de los demás es que nadie quería pagar, por eso nadie se levantaba para hacerlo. La única persona que realmente quería hacerlo era yo, así que me levanté y pagué. Por lo tanto, no he vulnerado tu libre albedrío en absoluto”.

Verás, el libre albedrío opera a nivel del alma —o a nivel emocional—, no a nivel del pensamiento. A menudo creemos que queremos hacer algo cuando, en realidad, no es así. ¿Cuántas veces te has sentado con un grupo de personas que te han invitado a cenar, para darte cuenta, a mitad de la comida, de que aunque ellas te invitaron, en realidad vas a tener que pagar tu parte? Esto sucede porque nadie quiere ejercer su libre albedrío para regalarte el pago de tu comida. ¿Te ha pasado alguna vez, al salir? A menudo ves parejas que salen juntas y cada parte paga su mitad. Pero, ¿hasta qué punto esto responde a sus propios miedos? Nadie desea en realidad hacer el regalo a la otra persona. Eso ocurre con frecuencia.

Todo deseo, así como el libre albedrío y los demás aspectos de los que hablo, operan a nivel del alma; por eso afectan al estado de tu alma. Recuerda que hemos hablado mucho sobre el estado del alma. El estado de tu alma es lo que atrae todo; por lo tanto, cuando infringes la Ley del Deseo y la Ley del Libre Albedrío, esto afecta la condición de tu propia alma. Cuando vives conforme a ellas, permites que tanto las personas que te rodean como la condición de tu propia alma crezcan. Esa es la belleza de todo esto.

Así que, si estás comiendo fuera y te da miedo pagar, ¿qué es lo mejor que puedes hacer? Ejercita el deseo, paga y permite que esa emoción de carencia de abundancia aflore en ti. Simplemente hazlo. Verás cómo el deseo y el libre albedrío liberan esa emoción y, de repente, ¡zas!, empezarás a experimentar abundancia. Y podrás hacerlo con mayor frecuencia. Todo funciona a nivel del alma; esa es la Ley del Deseo.

¿Te has fijado en otros ejemplos que he mencionado, como cuando nuestros hijos no quieren hacer lo que nosotros esperamos que hagan por nosotros?

Participante mujer: Me gustaría hacer una pregunta sobre las personas a las que les encanta dar constantemente, pero que, a veces, son incapaces de recibir. ¿Sienten la necesidad de dar porque ese es el punto en el que se encuentran?

En realidad, su comportamiento es bastante egoísta. Dan porque esperan obtener una emoción a cambio; por lo tanto, si no son capaces de recibir, su motivación para dar está, en realidad, bastante

distorsionada. No es una motivación basada en el amor, y es algo que deberían examinar. Hablaremos de esto al tratar las Leyes del Amor Natural. Hay una sección dedicada a este tipo de situaciones: cuando una persona da constantemente, pero no por un deseo sincero o una pasión, sino a causa de una herida emocional relacionada con lo que recibe a cambio al dar. Por lo tanto, eso, ciertamente, no es un acto de amor.

3.1.2. Fomentar el deseo en una relación

Participante hombre: Si una pareja desea perseguir sus sueños, ¿sería un acto de amor apoyarla o animarla a hacerlo?

Por supuesto, siempre y cuando no estés reprimiendo tus propios deseos para hacerlo. Así que, si María quiere hacer algo, apoyaré totalmente su deseo de llevarlo a cabo. Sin embargo, si lo que ella desea implica que yo deba reprimir mis propios deseos para complacerla, entonces no podría hacerlo. Y es por eso que abordaremos el siguiente tema: “Las leyes de Dios: leyes que rigen el amor de uno mismo”, ya que esto tiene que ver precisamente con la cuestión del amor por uno mismo.

De hecho, lo que ocurre con todas estas leyes es que se alcanza un equilibrio perfecto: tratas a la otra persona exactamente de la misma manera en que deseas ser tratado tú mismo. En el siglo I llamé a esto la “Regla de Oro”. Existe equilibrio si tratas a los demás como deseas ser tratado; no necesariamente como te tratan a ti. A menudo, nos tratan de cierta forma, pero lo que constituye un acto de amor es la manera en que nosotros mismos deseamos ser tratados. Por lo tanto, así como tú deseas ver cumplidos tus propios deseos, también desearás que tu pareja vea cumplidos los suyos. Ahora bien, a muchas personas les preocupa esto, pues si ambos deseos son totalmente opuestos, la pareja podría distanciarse. Pues bien, si llegan a distanciarse, entonces es muy poco probable que esas dos personas sean “almas gemelas” en la búsqueda de sus deseos, ya que, cuando uno sigue sus propios deseos, lo que suele ocurrir es que las almas gemelas se sienten atraídas entre sí. Siempre y cuando aborden sus heridas emocionales durante este proceso, el deseo actúa como una fuerza de atracción, no de separación.

Otra verdad es que, si existe amor en una relación, el hecho de que una de las partes siga un deseo personal no tiene por qué provocar una ruptura. Y, al hablar de “seguir un deseo” de una manera pura, me refiero a que no es posible que esto derive en una falta de amor hacia la otra persona.

Pongamos un ejemplo: imagina que uno de los miembros de la pareja se da cuenta de que ya no siente deseo por su compañero, sino que, en realidad, desea estar con otra persona —digamos, alguien que vive cerca— y que es con ella con quien quiere compartir su vida a partir de ahora. Es una situación sumamente difícil, ¿verdad? Aun así, si realmente amas a esa persona, un acto de amor consistiría, precisamente, en permitirle seguir su deseo.

Por supuesto, sería una falta de amor tener una aventura a tus espaldas —eso es, sin duda, un acto carente de amor—. Pero, aun así, la otra persona posee libre albedrío para hacerlo; y si eso me provoca ira, significa que hay emociones que debo tratar. Sin embargo, si esa persona se acerca y te dice: “La verdad es que ya no te quiero; de hecho, siento que me estoy enamorando de otra persona”, un acto de amor sería, precisamente, facilitar que pueda seguir ese deseo. Es algo que nos enfrenta a una realidad muy dura, ¿no crees? En lugar de reaccionar con rabia, quejarnos o desahogarnos con amigos criticando a nuestra pareja, optaríamos por permitirle seguir su deseo, porque eso es lo que hace el amor. Además, si actúo con humildad, el amor también me impulsará a tratar con todas las emociones que esta situación despierta en mí —como sentirme rechazado o no deseado—, así como con cualquier otro sentimiento que deba procesar para poder seguir tratando a esa persona con amor.

Participante mujer: Me ha pasado que la persona con la que convivo es alguien que siempre está dando. Detesta recibir, y yo le digo: “¡Maldita sea, vas a recibir!”, y prácticamente se lo impongo. Siento que es una imposición y, en realidad, no sé muy bien qué es lo que estoy haciendo.

No, eso tampoco está en armonía con el amor. Si la persona no quiere recibir, lo mejor es, en primer lugar, hablar con ella sobre por qué no desea recibir, y si está dispuesta a afrontar la emoción subyacente. Si es así, podrías ofrecerle algo y observar cómo afronta esa emoción. Pero no deberías obligarla a recibir.

Participante: Sí, siento que es una forma de evadir la situación, y a la vez siento la necesidad de forzar a esta persona a aceptar.

Bueno, sí, es una forma de evadir por su parte; pero ¿por qué crees que puedes controlar esa evitación? Ese es el problema que tienes; la clave está en trabajar en ese aspecto; pero es un buen punto.

Muy bien, ¿entendéis todos cómo funciona la Ley del Deseo en nuestras relaciones? Facilitamos los deseos de los demás y les permitimos hacer lo que desean. De hecho, les animamos a hacer lo que desean: “Si realmente lo deseas, adelante. Si de verdad deseas dejarme para irte con ese hombre, hazlo. Yo me haré cargo de todas mis emociones al respecto”.

En algunas situaciones, hacerse cargo de las propias emociones resulta bastante difícil. Pero recuerda: si actúas con ira o de cualquier otra forma similar, es porque, en esa situación, estás reprimiendo ciertas emociones dentro de ti.

4. La Ley de Causa y Efecto

Bien, ¿qué ley sigue? La Ley de Causa y Efecto.

Básicamente, es la ley de “cosechas lo que siembras”. En otras palabras, todo lo que creas tiene una causa en el estado de tu propia alma que lo originó. Cualquier acción que realices tiene una causa en sí misma, y esa acción, a su vez, generará otros efectos. ¿Puedes ver cómo funciona esto? Es una explicación bastante básica, pero la abordaremos con más detalle en la charla “Las leyes de Dios: la ley de causa y efecto”.

4.1. El amor ayuda a los demás a encontrar la causa de los acontecimientos, en vez de ocuparse de los efectos

Entonces, ¿cómo afecta esto a nuestras relaciones amorosas? Verás, si comprendo que todo lo que le sucede a otra persona —o cada efecto en su vida— proviene de una causa interna, ¿en qué la ayudaré a centrarse? En la causa; no la ayudaré a ocuparse del efecto. De hecho, sería una falta de amor por mi parte ayudarla a abordar el efecto, porque si hago eso, en realidad no les estoy ayudando a lidiar con la causa. La causa sigue presente en ellos y provocará el efecto una y otra vez; y yo terminaré sacándolos del apuro cada vez, porque ellos no están tratando con la causa.

Esto ocurre con frecuencia en nuestras amistades, en nuestras relaciones familiares e incluso en nuestras relaciones de pareja en general. A menudo intentamos “rescatar” a nuestra pareja o, muy especialmente, a nuestros hijos; los sacamos de las consecuencias de sus propias vidas en lugar de abordar las causas subyacentes.

4.1.1. Ejemplo: una hija que rompe con su novio

Participante hombre: Tengo una hija de 17 años que ha terminado su relación con su novio. Cuando ella estaba llorando desconsoladamente, mi reacción automática fue decirle: “Ya verás como todo sale

bien”. Pero ¿debería dejar que ella empiece a lidiar con la causa? Es que, por otro lado, no sé cómo podría simplemente apartarme y decirle “llora por allá”, cuando quiero tanto a mi hija.

¿Te refieres a cuál es la forma amorosa de aplicar este principio? Es muy apropiado abrazar a alguien mientras llora si esa persona está asumiendo su emoción causal; en cambio, es muy inapropiado abrazarla si, mientras llora, está proyectando una actitud de negación o autoengaño hacia ti. Así que, ¿qué percibes en ella? ¿Está realmente asumiendo su emoción? Aquí es donde debes ser sensible a tus propios sentimientos. ¿Está asumiendo su emoción o, por el contrario, la está negando? Si tú mismo estás negando tus propias emociones, te resultará muy difícil discernir si la otra persona está negando las suyas; por eso es tan importante trabajar primero en tus propios asuntos emocionales antes de intentar ayudar a los demás.

Ahora bien, en el ejemplo que has planteado —tu hija llorando por su novio y por la ruptura—, ¿es esa realmente la emoción causal? No. Esa no es la emoción causal. ¿Por qué no lo es? La emoción causal probablemente tenga que ver con sentirse rechazada, o algo por el estilo. Si ella tuviera una buena autoestima, no estaría facilitando el deseo de su novio de irse con otra persona. Por lo tanto, aunque ella está llorando por algo, no está conectando con la emoción que realmente origina el problema. Así que, deja que llore todo el tiempo que quiera; si necesita llorar durante dos días, pues que lo haga. Dale el abrazo que necesite, pero en algún momento dile: “Lo que te hace llorar no es el problema real; estaré encantado de hablar contigo sobre el verdadero problema cuando estés lista”.

Ahora bien, si ella siguiera llorando por este mismo asunto durante otro mes, ¿deberías cocinar para ella, limpiar, lavar su ropa o prepararla para ir a la escuela o a la universidad —si es que estudia ahí—, bajo la premisa de que está abordando la causa? La mayoría de nosotros nos sentiríamos tentados a hacerlo, pensando: “Está muy afectada, así que debo hacerlo”. Yo no lo haría. Lo que le diría es: “No estás abordando la causa, y no voy a ayudarte a lidiar con el efecto. Me parece bien que tú misma te ocupes del efecto, si eso es lo que desees, pero no voy a realizar cambios en mi vida para ayudarte a gestionar el efecto, ya que eso no está en sintonía con el amor hacia mí mismo. En esta situación, solo puedo amarme a mí mismo si te ayudo a abordar la causa”.

No digo que no debas abrazarla; pero si la abrazas durante un mes y solo te ocupas de los efectos, en realidad estás habilitándola para que se quede donde está. Esto sucede constantemente. ¿Cuántas veces has tenido una amiga que, quizás tras haber sufrido abusos por parte de su marido, sigue en la misma situación durante años? ¿Y, además, eres tú a quien llama cada vez que ocurre un gran estallido? Resulta muy perjudicial para ti si apoyas eso constantemente, pues no están abordando la causa; no quieren abordarla. Y la causa es su falta de amor por sí mismos. Necesitan examinar esa causa; si tú les ayudas a lidiar con el efecto, no les estás ayudando a abordar la causa, lo cual resulta muy dañino para ellos.

¿Acaso las leyes humanas no se centran, en su mayoría, en los efectos? Tenemos todos estos compendios legales, pero que ningún abogado ha leído en su totalidad —se limitan a consultar los antecedentes o a aplicar las normas a casos específicos—. Nadie sabe realmente qué dicen en conjunto, ya que han sido elaboradas por un numeroso grupo de personas. Existen, literalmente, hileras e hileras de leyes tributarias, derecho consuetudinario y toda clase de normativas. Este país cuenta con un conjunto de leyes del que no tengo la menor idea, y sospecho que muchos de vosotros tampoco sabéis en qué consisten. Entonces, ¿cuál es el propósito principal de estas leyes? Están diseñadas, en su mayor parte, para tratar el efecto; por lo tanto, son totalmente inútiles. Desde la perspectiva de Dios, todo lo que se deriva del efecto carece por completo de utilidad.

Participante: ¿Es posible atravesar una emoción causal sin ser consciente de ello, es decir, como de manera inconsciente?

Puedes procesar muchas emociones sin darte cuenta realmente de que acabas de procesar una emoción.

Verás, la clave es que, cuando procesas las emociones que actúan como causa, tu vida cambia automáticamente, sin que tengas que esforzarte por hacer nada distinto. Eso es lo que suele ocurrir: sientes la necesidad de cambiar tu vida y lo haces. Pero no es algo que debas ir anotando; no se trata de afirmaciones del tipo: “Debo perder peso. Debo perder peso”. Ese tipo de enfoque no aborda la causa, sino el efecto. Una afirmación no incide en las causas; en cambio, cuando te permites trabajar sobre las causas, a veces estas quedan resueltas sin siquiera darte cuenta, y, como resultado, tus acciones cambian. Quizás no sepas exactamente por qué sucede, pero es maravilloso cuando ocurre. En algún momento de tu propio desarrollo álmico llegarás a comprender qué es lo que realmente está sucediendo en cada caso.

4.1.2. Consecuencias de infringir la Ley de Causa y Efecto en nuestras relaciones con los demás

¿Qué ocurre cuando infringimos esta ley en nuestras relaciones? Si observas la lista que incluí en el esquema del seminario, verás que una de las consecuencias es que terminamos haciendo tantas cosas por los demás que acabamos agotados y extenuados; emocional, espiritual y energéticamente vacíos. Por lo tanto, si esto es lo que te sucede —si te sientes cansado y agotado por ayudar a alguien—, en realidad no estás ayudando a los demás a abordar las causas de sus problemas. Te estás centrando únicamente en los efectos, lo cual resulta una tarea sumamente agotadora y desagradecida; esa es, precisamente, la penalización por no atender a la causa.

Así pues, la penalización por no abordar las causas de los problemas de los demás —en lo que respecta al impacto en tu propia alma— es que terminarás sintiéndote cansado, agotado y vacío; es muy probable, además, que acabes enfermado físicamente. Ha sido un problema importante en mi vida, ya que solía enfermarme —en promedio, una vez al mes— durante una semana; esto ocurrió durante casi quince años, desde que tenía veinte hasta los treinta y tres. En el momento en que dejé de hacerlo, pasé siete años sin enfermarme —fue un cambio radical para mi cuerpo—. Simplemente había intentado solucionar los efectos de los problemas que me rodeaban, en vez de abordar sus causas. Por eso, es sumamente transformador cuando logras cambiar esto por ti mismo.

Fíjate también en la lista que aparece en el esquema del seminario: a veces, las personas a las que queremos ayudar —o a las que parece que ayudamos— nunca cambian. ¿Cuántos tenéis un amigo, desde hace unos veinte años, que ya tenía un problema entonces y que, a día de hoy, sigue teniendo exactamente el mismo problema? ¿Y cuántos seguimos ayudándolo de la misma manera en que lo hacíamos hace dos décadas? Esto es una clara señal de que no estamos abordando la causa. La mayoría de las veces evitamos ir a la raíz del problema por miedo; por ejemplo, por temor a perder una amistad.

Veamos un ejemplo: supongamos que tengo una relación muy tensa con mis padres. Si me centro solo en el efecto, cada vez que estoy con ellos, trato de facilitar las cosas evitando mis propias emociones; no saco a relucir ningún tema y, en definitiva, no abordo nada directamente con ellos. ¿Por qué? Porque temo que, si hablo con franqueza y les expreso cómo me siento realmente ante esta situación, terminarán odiándome y no me darán el amor que busco de ellos. Pero, en realidad, si quisiera ocuparme de la causa, tendría que abordar aquello que, dentro de ellos, les impide amarme. Y lo único que puedo hacer sobre el tema es decir la verdad sobre la causa que reside en mí en cuanto a cómo me siento.

Participante mujer: Mi prima es como el ejemplo que diste de esa amiga que no ha cambiado en veinte años. Entonces, ¿esto significa que, en realidad, ella me está dando permiso para decir: “Bueno, la verdad es que esto es lo que pienso”? ¿O acaso estás infringiendo la Ley del Libre Albedrío al señalar cuáles son las causas?

La mayoría de las veces, las personas que actúan así solo te utilizan para evadirse de sus propias emociones. Independientemente de si ellas quieren o no, tú tienes derecho a decir que ya no vas a seguir participando en esto, ejerciendo tu propio libre albedrío. Al hacerlo, es muy probable que se desencadene precisamente esa emoción que ellas intentan obtener de ti. Por eso, te sugiero que te mantengas muy firme respecto a lo que sientes; puedes hacerlo, además, de una manera amorosa. Podrías decir: “Ya no puedo seguir haciendo esto contigo, porque al hacerlo no me estoy amando a mí misma, y no puedo permitirme seguir sin amarme. Llevamos veinte años atrapadas en este ciclo, y no quiero que continúe ni un día más. No voy a seguir participando en esto contigo ni un día más. Ahora bien, si eso significa perder nuestra amistad —si es eso lo que quieres—, entonces perderé tu amistad; así es como van a ser las cosas. Pero, por desgracia —o, tal vez, por fortuna para mí—, ya no voy a seguir haciéndote esto que carece de amor, ni voy a seguir haciéndomelo a mí misma”. Te das cuenta de que, al ocuparte únicamente del efecto, estás actuando sin amor tanto hacia los demás como hacia ti misma. De hecho, cuando te centras solo en el efecto, lo que a menudo haces es facilitar que la otra persona siga comportándose de manera carente de amor; en realidad, estás contribuyendo a ello.

4.1.3. Ejemplo: un padre que le compra un coche a su hijo

Lo entenderás mejor con el ejemplo de un hijo adolescente. Supongamos que un padre le compra un coche nuevo a su hijo adolescente; paga el seguro, los neumáticos, absolutamente todo. El joven se sube al coche con unos amigos, se marcha y, más tarde, el padre descubre que ha estado haciendo derrapes y quemando rueda en la carretera principal. Esto sigue ocurriendo con frecuencia en algunas zonas. El joven ha destrozado los neumáticos y ahora quiere unos nuevos. El padre dice: “Está bien, te compraré neumáticos nuevos”, y así lo hace. ¿Qué hace entonces el hijo con esos neumáticos nuevos? Vuelve a hacer lo mismo, y el padre le compra otros neumáticos nuevos. ¿Qué está haciendo el padre? Simplemente está alimentando el problema.

Esto es lo que a menudo hacemos con los demás: en realidad, estamos alimentando o facilitando su falta de amor por sí mismos o por otras personas. Y a veces seguimos haciéndolo durante años y años sin decir nada, porque nos da demasiado miedo hablar.

Participante: Entonces, ¿deberíamos decir algo al respecto?

¡Siempre! Pero, primero, trabaja en tus propias emociones. Si no dices nada en una situación así, es que no te quieres a ti misma; hablaremos más sobre esto en el apartado “Las leyes de Dios: leyes que rigen el amor por uno mismo”.

4.1.4. Ejemplo: un hijo que consume drogas

Tengo otro buen ejemplo en el esquema del seminario, y que me gustaría leer. Si un hijo consume drogas, lo primero que debemos hacer es abordar las emociones que albergamos en nuestro interior —relacionadas con una baja autoestima—, y que han sido transmitidas al hijo.

En otras palabras, primero debemos examinar nuestra propia valoración personal o la forma en que hemos tratado al hijo, lo cual ha llevado a que él tenga una autoestima tan deficiente; y nosotros trabajaríamos en todas esas emociones. En segundo lugar, hablaríamos con el niño sobre las emociones que acabamos de abordar. Por lo tanto, no le decimos: “Tú tienes esta emoción, tú tienes aquella otra”. Lo que hacemos, en cambio, es decirle: “Yo tengo esta emoción, yo tengo aquella otra, y puedo ver que todas estas emociones que hay en mí han provocado esto en ti”. Por lo tanto, nunca deberíamos intervenir en los efectos que experimenta el hijo, a menos que él esté dispuesto a abordar la causa.

Imagina que detienen a tu hijo por vender drogas, lo llevan ante un tribunal y termina en la cárcel durante tres meses. ¿Pagarías tú los gastos judiciales? Muchos padres lo harían, pero no sería un

acto de amor, ya que solo estarían atendiendo el efecto. Es el hijo quien debe asumir las consecuencias; no tú. Intentar solucionar el efecto —por ejemplo, pagando una fianza para sacarlo de la cárcel— es, en realidad, un acto carente de amor, a menos que la persona desee sinceramente cambiar. ¿Te das cuenta de que, si hiciera cualquier otra cosa, lo único que lograría sería facilitar que continuara con su consumo de drogas?

A menudo nos vemos tan envueltos en la situación que perdemos de vista la causa. Un verdadero acto de amor consiste en observar la emoción subyacente en la otra persona y, desde el amor, hablar con ella sobre cuál podría ser esa emoción causal. Eso es un acto de amor. En cambio, no es un acto amoroso centrarse en el efecto, recriminarle a la persona las consecuencias que ha provocado o juzgarla por los resultados que sus acciones han generado en su vida. Eso no es amor, aunque es, a menudo, lo que terminamos haciendo en lugar de abordar la causa. Hay mucho amor en ocuparse de la causa; si logras ayudar a alguien a abordar aunque sea solamente una causa emocional, generarás un efecto hermoso en su vida y, al mismo tiempo, un impacto muy positivo en tu propia alma.

4.1.5. Un ejemplo de relación entre madre e hija

Participante mujer: AJ, mi hija mayor tiene 29 años y, a veces, se pone histérica por ciertas cosas. Yo la escucho, pero siento que descarga todo sobre mí; además, me invade la culpa porque pienso que no le he dado suficiente amor a lo largo de su vida.

¿Así que se pone histérica?

Participante: Pues sí.

¿Ella te habla y tú te sientes mal, culpable?

Participante: En cierto modo, alimento esa situación porque me siento culpable por no haberle dado lo suficiente a lo largo de su vida.

No se puede decir que todas las situaciones sean iguales para cada persona, ya que entran en juego distintas emociones. Por eso, en algunos casos —y no digo que este sea tu caso actual, hablo de situaciones en general—, si la hija se pone histérica y te cansas de escucharla, entonces solo hay dos razones por las que te sientes así. Una es que, en el fondo, sientes que tienes la culpa y no te permites arrepentirte —es decir, no te permites sentir el pesar que te provoca esa situación—, sino que intentas reprimir esa emoción. La otra posibilidad es que su histeria busque provocar una reacción emocional en ti; entonces, sientes que debes darle eso, y, en el proceso, terminas agotada. En cualquier caso, hay una emoción en tu interior que debes abordar con respecto a la relación. ¿Te das cuenta de que la situación podría variar según lo que ocurra dentro de ti?

Participante: ¿Abordar la causa significaría animarla a hablar conmigo sobre cómo se siente respecto a nuestra relación?

No. Abordar la causa implica, en primer lugar, que te retires a solas para procesar lo que has vivido: trabajar el arrepentimiento, el remordimiento y reflexionar sobre tus acciones como progenitor, etc. Eso es, ante todo, abordar la causa. Una vez que hagas eso, empezará a suceder lo segundo. Nina, tú has pasado por algo así con tu hija, ¿verdad? ¿Ambas habéis vivido esa experiencia?

Participante mujer: En muchas ocasiones. Mi hija ha estado atravesando una etapa muy difícil; supongo que yo quería “arreglarla” y ayudarla.

¿Así que proyectabas sobre ella todo ese miedo, intentando “arreglarla” y ayudarla?

Participante: Creo que también había culpa. Me sentí identificada con lo que comentaba la otra persona; llegó un punto en el que pensé: “Dios mío, ya no quiero intentar arreglarla. Solo quiero amarla”. Simplemente quería amarla; no buscaba hacer nada más, solo quería amarla de una forma que nunca antes había experimentado. Eso me ocurrió un lunes y no se lo comenté a nadie; sin embargo, mi hija y yo estamos muy, muy unidas, tenemos una conexión muy fuerte y ella es increíblemente intuitiva. El miércoles me llamó por teléfono y me preguntó: “Mamá, ¿qué estás haciendo ahora?”. Y como ella sabe que he estado realizando este tipo de trabajo personal, insistió: “¿Qué haces? ¿Estás rezando por mí o algo así?”. Le respondí: “No, cariño, estoy haciendo exactamente lo contrario: simplemente he dejado de intentar controlar la situación por completo”. Se la había entregado a Dios, lo cual fue algo realmente hermoso. A lo largo de los meses que llevo trabajando en mí misma he sentido un profundo arrepentimiento, y nuestra relación está floreciendo; es algo precioso, maravilloso

Entonces, lo que está ocurriendo es que eso la atrae hacia ti; ahora ella se expresa contigo de forma espontánea, pues ya no tiene que lidiar con esa enorme proyección que tú solías volcar sobre ella.

Participante: Sí, y empiezo a notar que ella se preocupa por mí, algo que nunca antes había sentido de su parte. Es algo realmente valioso. Ojalá pudiera transmitir a otros padres lo que significa recorrer este camino, porque es algo muy, muy especial.

¿Te sirve esto como ejemplo? A menudo, como padres, intentamos “arreglar” a nuestros hijos, sin darnos cuenta de que, al hacerlo, ignoramos que sus problemas son, en realidad, el reflejo de algo que ocurre dentro de nosotros y que somos nosotros quienes debemos sanar. Cuando soluciono eso, mi hijo se siente atraído de nuevo hacia mí, la relación se recupera y nos volvemos cada vez más cercanos. Esto sucede de forma natural si me ocupo de lo que ocurre en mi interior.

Así que, en tu caso, Nina, existe una proyección que podría interferir con su libre albedrío; pero recuerda que ella tiene derecho a elegir lo que desee. También existía una proyección relacionada con el hecho de que tus deseos no coincidían con los de ella; además, había una proyección derivada de no abordar la causa dentro de ti misma. Ahora que has empezado a ocuparte de ello, puedes ver los efectos. Y al dejar que todo esto fluya de forma natural —al soltar el proceso y decir: “Simplemente voy a amarla, pase lo que pase”—, ella ha dejado de recibir todas esas proyecciones.

Participante: Eso fue otro aspecto realmente profundo. Ella me contó que, cuando me llamaba para preguntarme qué estaba haciendo, era porque sufría de ansiedad; de hecho, me dijo: “Mamá, en los últimos dos días me he sentido menos ansiosa”. Y yo, por mi parte, pensaba: “Quiero ayudar, quiero estar ahí para ella, quiero arreglar las cosas”, cuando en realidad lo único que lograba era generarle más ansiedad, tanto a ella como a mí misma.

Exacto. Tu propia ansiedad se proyectaba sobre ella, lo cual la hacía sentirse aún más ansiosa. Por eso, resulta sumamente poderoso cuando logras transformar, a nivel del alma, la forma en que te relacionas con tus hijos.

4.1.6. Un ejemplo sobre cómo recibir un regalo

Participante hombre: Me pregunto qué sugerirías en una situación en la que dependes de lo que alguien te da. A menudo, al enfrentarme a esa persona, surge una emoción, pero también temo

proyectar mis sentimientos sobre ella. Supongamos que alguien te da cosas constantemente y percibes que su motivación no es la adecuada, pero aun así dependes de ello. ¿Qué hacer?

Entonces, te encuentras en desarmonía con el amor. Yo le diría de inmediato: “Lo siento, pero veo que lo que me das no nace del amor, así que no puedo aceptarlo, aunque lo necesite”.

Participante: ¿Y qué ocurre si hay mucha ira de por medio y no puedes alejarte de esa persona? ¿Es necesario huir antes incluso de decir nada?

Si percibes ira en la otra persona, abórdala también: “¿Por qué te enfadas conmigo por rechazar algo que se supone que es un regalo? Si de verdad fuera un regalo por tu parte, no estarías enfadada conmigo”. Y esto te permitiría confrontar la emoción que subyace a lo que ya estabas sintiendo desde el principio.

La realidad es que, si alguien te ofrece algo y sabes que no lo hace por amor —sino por culpa, vergüenza o cualquier otro motivo—, al aceptarlo estás infringiendo una ley del amor, independientemente de si necesitas eso o no.

La pregunta que debes hacerte es: “Si acepto esto es porque asumo que no podré obtenerlo de ninguna otra fuente; por lo tanto, mi problema es una falta de abundancia, una emoción que debo trabajar”. Ten presente que, siempre que observes a alguien haciendo algo que en realidad no desea hacer, si permites que la persona lo haga contigo, en el fondo le estás causando un daño. Si abordas el problema, descubrirás que todo se vuelve más armonioso gracias al amor.

Siento que María está proyectando en mí algo relacionado con nuestra propia situación en este aspecto. ¿Quieres decir algo al respecto?

María: Estaba admirando a mi alma gemela, porque él realmente pone esto en práctica. Al principio de nuestra relación, fue todo un desafío para mí, ya que yo tenía una fuerte tendencia a querer complacer a los demás; por eso, yo hacía muchas cosas pensando que le agradarían a AJ. Pero, como él es tan sensible, solía decirme: “En realidad no quieres hacer esto. No lo vamos a hacer”.

¿Y en qué te ha ayudado eso?

María: Bueno, a examinar cuáles son mis propios deseos, pues yo estaba totalmente desconectada de mis verdaderas pasiones y anhelos. Si algo interfería con los demás —o con lo que yo creía que los demás querían—, simplemente no me permitía hacerlo.

Hacías automáticamente lo que ellos querían. Y María, al ser tan sensible, podía percibir lo que yo deseaba e intentaba hacerlo de inmediato; entonces yo sentía: “Ella intenta hacerlo, pero en realidad no quiere”. Así que esto ayuda a confrontar lo que ocurre con el deseo. Por eso, si alguien intenta darte algo y sientes que ese gesto no nace del amor, permítete no aceptarlo. A menudo, las personas dan algo porque esperan obtener algo a cambio. A María y a mí nos sucede con frecuencia: nos ofrecen cosas, pero a cambio esperan recibir nuestro tiempo. Por lo tanto, ya no es un regalo; es algo por lo que tenemos que pagar. Por eso, solemos rechazar este tipo de “transacciones”, ya que, obviamente, no se trata de un regalo, sino de una expectativa. Y eso no es un acto de amor, incluso si llegamos a necesitar aquello que nos ofrecen.

4.1.7. Un ejemplo de ser atacado

Participante mujer: Anoche, mientras dormía, tuve una experiencia en mi estado de sueño⁶ en la que algunas personas me decían que no tenía permitido hablar con Dios. Es evidente que esto refleja un miedo mío —la creencia de que no debería hablar con Dios—, pero ellas insistieron tanto que me enfadé muchísimo. Vi un palo de escoba en un rincón; y como no se marchaban, y decían: “No nos iremos hasta que digas que ya no vas a hablar más con Dios”, empecé a golpearlas con el palo. ¿Afectará a la condición de mi alma el haber golpeado a estas personas? Sentí que realmente me estaban atacando.

Bueno, hay algunas emociones que debes atravesar. Cuando te atacan —esa sensación de estar siendo atacada—, surge el deseo de contraatacar. Por lo tanto, si sientes el impulso de devolver el ataque cuando te agreden, entonces debes mirar cuál es la emoción subyacente. ¿Qué es lo que la impulsa? A menudo se trata de la sensación de no ser escuchada ni atendida; o bien, de sentirse controlada y desear liberarse de ese control. Existen, además, otros tipos de emociones. Lo más recomendable es adentrarse en esas emociones y sentirlas, de modo que no surja el impulso de atacar a la otra persona. Lo irónico es que, al abordar la emoción que origina el conflicto, los ataques disminuyen o desaparecen por completo, ya que la Ley de Atracción cambia: nadie siente que pueda atacarte sin consecuencias. Por consiguiente, los ataques cesan.

En el pasado, he mencionado que, en ocasiones, ha habido grupos numerosos de personas atacándome; algunas de ellas de forma muy amenazante, llegando incluso a amenazarme de muerte. Sin embargo, una vez que gestioné mis propias emociones —aunque esas personas seguían ahí y mantenían su ira hacia mí—, dejaron de atacarme. El simple hecho de trabajar en las emociones que habían atraído esa situación fue suficiente. Más adelante, hablaremos de la Ley de Atracción como una ley más.

4.1.8. La causa de la crucifixión de Jesús en el siglo I

Participante: ¿Por qué, en el siglo I, terminaste siendo crucificado?

Ya he respondido a esta pregunta anteriormente —se encuentra en uno de los DVD—, así que no la volveré a explicar. En esencia, se trata de decisiones que tomé, motivadas por mi deseo de enseñar la verdad, junto con las decisiones de otras personas que permití que se llevaran a cabo. Fue una elección consciente por mi parte: pude haber evitado esos sucesos, pero permití que ocurrieran como un acto de amor, para ayudar a esas personas a comprender lo que estaban haciendo. Y en ello se vieron involucradas muchas personas. Esto involucraba a muchos de los amigos que me seguían, en lo que respecta al estado real de sus almas —a lo que ocurría en su interior—, un aspecto que intenté abordar en muchas ocasiones. También abarcaba el estado del alma de los fariseos, de los miembros del Sanedrín y de ciertos romanos —como Pilato y otros—, así como el estado del alma de algunos de los soldados, a quienes, de hecho, yo conocía personalmente. En resumen, había muchos factores en juego y, por ello, quise abordar todas estas cuestiones a un nivel emocional con cada uno de ellos.

¿Entiendes a qué me refiero? En torno a mi muerte, ocurrida en el siglo I, sucedieron muchas cosas que hoy no están documentadas, obviamente. Existe una perspectiva muy extendida según la cual morí “por el mundo” de alguna manera; pero, en realidad, lo que ocurrió es que tomé una serie de decisiones en un lapso de tiempo muy breve —apenas una o dos horas—, basadas en todo lo que estaba sucediendo en aquel momento. Todas esas decisiones estuvieron fundamentadas en mi amor por ellos. El resultado fue mi muerte. Al tomar esas decisiones, yo sabía que moriría —pues conocía el estado de sus almas—, pero no vi otra forma de enseñarles la verdad sobre el amor que intentaba transmitirles.

⁶ Ver el taller sobre el estado de sueño (2011). (N.d.T.)

Quizás hablemos más sobre esto en otra ocasión, tal vez cuando María y yo respondamos a algunas preguntas sobre nuestra vida juntos.

Participante hombre: Estaba sintiendo cómo el efecto de tu amorosa decisión de aquel entonces ha resonado a lo largo de más de dos mil años, afectando, literalmente, a miles de millones de personas desde aquel momento.

Así es. Yo ya intuía que eso probablemente ocurriría, pues para entonces también era consciente de lo que uno está haciendo al desarrollar el estado de su propia alma: se están creando espacios universales, nuevas dimensiones, etcétera. Yo ya había tenido la experiencia de adentrarme en tres o cuatro de esos espacios; por lo tanto, comprendía los sentimientos que conllevaban y los cambios que, a través de mis acciones, se producirían en toda la raza humana. Así que hubo muchos factores que influyeron en las decisiones que tomé en aquel momento.

5. La Ley de Atracción

Muy bien, ¿cuál es la siguiente? Hemos hablado mucho sobre la Ley de Atracción, ¿verdad? Hemos hecho algunas presentaciones al respecto. ¿Recuerdas que, en la charla sobre la Ley de Atracción, dije que esta ley actúa como un mensajero de Dios para revelarte la verdad sobre el estado de tu propia alma? Porque ten en cuenta que la Ley de Atracción opera en base al estado de tu alma; actúa sobre la condición real de tu alma. Por lo tanto, si esto es así, la Ley de Atracción —a través de todas las demás leyes que están en funcionamiento— actúa como un mensajero de la verdad de Dios para mostrarte cuál es el verdadero estado de tu alma.

Ahora bien, si vivo en armonía con ella en mi relación con los demás, ¿cómo actuaría ante ellos? En primer lugar, si atraigo una serie de situaciones en las que otras personas me tratan de manera hiriente, no culparé a todas ellas por sus comportamientos insensatos o erróneos; en cambio, comprenderé que la Ley de Atracción se basa en el estado de mi propia alma, y me centraré en las emociones internas que dieron lugar a dicha atracción.

5.1. Ejemplo de un taxista que fue engañado

Graham, la semana pasada mencionaste un ejemplo muy claro de esto relacionado con tus carreras como taxista. ¿Te gustaría contarnos un poco al respecto?

Participante: Soy taxista y dos personas me engañaron, haciéndome creer que me pagarían. En los dos años y medio que llevo trabajando como taxista, nunca me había pasado algo así.

¿Eran importes considerables?

Participante: Sí, una carrera fue de veinte dólares y la otra de cuarenta y cinco. Yo tenía la sensación de que volverían; creía que ella me llamaría para arreglarlo y que él regresaría.

¿Así que se trataba de un hombre y una mujer?

Participante: Sí, un hombre y una mujer. Me sorprendió mucho, primero, el no haberme dado cuenta de lo que estaba sucediendo; y, segundo, el hecho de que ocurriera dos noches seguidas. Nunca antes me había sucedido algo así, y esto despertó todo tipo de emociones relacionadas con la confianza en los demás.

Entonces, lo que se activó en ti a nivel emocional fue la cuestión de la confianza en los demás, y asumiste esas emociones como propias. Al principio, ¿te enfadaste con ellos?

Participante: No, en realidad estaba tan sorprendido de no haberme dado cuenta... No sentí enfado; simplemente me quedé atónito.

Así que te sorprendió que tu Ley de Atracción hubiera provocado dos situaciones consecutivas —algo que nunca antes te había ocurrido—, lo cual hizo surgir una emoción en la que tuviste que trabajar.

Participante: Sí, y la forma en que la empresa de taxis organiza las cosas es que, cuando alguien se marcha sin pagar, el taxista tiene que pagarle a la empresa la parte que le corresponde de la tarifa.

Lo cual parece realmente injusto, ¿verdad?

Participante: Sí. De hecho, en el pasado hablé de esto con el gerente general de la empresa; fue amable al respecto, pero me dijo: “No, esta es la política y vamos a mantenerla”. He consultado con otros taxistas y me han dicho: “Bueno, nosotros simplemente hacemos viajes ‘por fuera’ [*cashies*: sin registrar], porque hay gente que nos lo propone constantemente; así que les hacemos un pequeño descuento”.

¿Podemos definir qué es un viaje “por fuera”? Es cuando realizas el servicio, pero no lo declaras a la empresa de taxis, por lo cual esta no recibe su parte.

Participante: Exacto; no pasa por el sistema informático ni se registra en el taxímetro. El otro taxista me sugirió: “Haz algunos viajes ‘por fuera’ para compensar”. Pero lo hice un par de veces y nunca me sentí cómodo haciéndolo; aun así, después de aquel primer engaño, pensé en intentar organizar algunos viajes de este tipo.

¿El primero fue de veinte dólares?

Participante: El primero fue de veinte dólares. Pensé en hacer el siguiente viaje “por fuera” que surgiera, si alguien me lo proponía. De hecho, le propuse a algunas personas hacer el viaje así, pero resultó ser un desastre; ¡y justo la noche siguiente me tocó uno de cuarenta y cinco dólares!

Fíjate: cuanto más se ignora una emoción, mayor es el acontecimiento que atraes según la Ley de Atracción.

Participante: Sí, bueno, después de aquella noche pasaron unos días, porque ella me había prometido llamarme y me dio su dirección y su número de teléfono. Al cabo de unos días, me di cuenta de que no iba a pagar; me había dado una dirección y un número de teléfono falsos. Al final, sentí una especie de alivio y pensé: “Bueno, el dinero no es importante; no siento la necesidad de buscar una compensación”. Sentí que había procesado muchas cosas al respecto. Así que pensé: “Vaya, en realidad esto ha sido algo positivo para mí”.

Pero también abordaste este asunto con tus jefes, ¿verdad? ¿Te diste cuenta de que había surgido en ti un sentimiento de injusticia con el que también tuviste que lidiar?

Participante: Sí, le envié un correo electrónico al gerente general; intenté abordar la injusticia, pero no se pudo solucionar simplemente suplicando, por así decirlo. Ahora, cuando alguien me hace algo así, lo

veo como parte de mi Ley de Atracción y observo qué es lo que siento. Ya no siento la necesidad de buscar hacer carreras sin registrar para compensar la pérdida. Al darme cuenta de ese cambio en mí mismo, sentí un gran alivio.

También entra en juego la confianza en Dios; llegaste a confiar más en Dios, entendiendo que todo lo que te estaba ocurriendo —y las emociones que surgían— servía para acercarte más a Dios.

Participante: Sí, llegué a ver que esos dos sucesos fueron, en realidad, muy beneficiosos para mí.

¿Os dais cuenta de cómo Graham asumió su propia Ley de Atracción? La mayoría de las veces, no nos hacemos cargo de nuestra propia Ley de Atracción. Por lo general, solemos culpar a quienes nos rodean por nuestra propia Ley de Atracción; nos enfadamos con ellos, nos molestamos, los culpamos, queremos castigarlos, hacer que paguen y todo lo demás que solemos hacer debido a nuestra propia Ley de Atracción. No es algo muy justo por nuestra parte, pero, en realidad, es lo que hacemos la mayor parte del tiempo.

5.2. El amor ayuda a los demás a ver la causa emocional de tu propia Ley de Atracción

Por eso, mi sugerencia es que observes tu Ley de Atracción y vivas en armonía con ella. Fíjate en algunos de los ejemplos que he incluido en el esquema del seminario. Supongamos que sientes un deseo intenso de castigar a los hombres por todo el daño que te han causado a lo largo de tu vida. Al hacerlo, estás pasando por alto tu propia Ley de Atracción; en realidad, existe una emoción causal en tu interior que ha provocado que estos hombres actúen así, y es algo que debe abordarse. Y mientras sigas albergando toda esa ira y resentimiento hacia los hombres, no estarás tratando las emociones causales subyacentes que dieron lugar a esa Ley de Atracción.

Recuerda lo que te he dicho muchas veces: presta atención a tu Ley de Atracción y, si no cambia, significa que no estás abordando la emoción causal. Del mismo modo, al observar tu propia Ley de Atracción, fíjate también en la de los demás; si los amas, anímalos a comprender que, en realidad, es una emoción en su interior lo que ha provocado el suceso. Me ha ocurrido muchas veces. A la mayoría de la gente le resultaría chocante —o incluso le daría escalofríos— escuchar algunas de las conversaciones que he mantenido con ciertas personas.

Por ejemplo, una vez hablé con una pareja que había perdido a su hijo. El niño falleció en un accidente y les dije que aquello era su [*“su”: de ellos dos*] Ley de Atracción. Es algo muy fuerte que decirle a alguien que está pasando por un duelo, ¿verdad? Pero, al mismo tiempo, es la verdad. Existía una Ley de Atracción basada en las emociones de los padres. Hablamos sobre esas emociones y todo lo demás; ellos se mostraron abiertos a esa conversación y, con el tiempo, lograron comprender que fue su propia Ley de Atracción la que provocó el fallecimiento de su hijo, y que existía una emoción subyacente en ellos que debían abordar. La mayoría de las personas, ante una situación así, se habrían enfadado mucho conmigo —de hecho, en el pasado, muchas personas se han enojado conmigo por este mismo motivo—, pero eso es, a su vez, mi propia Ley de Atracción: siento miedo a decir la verdad, sin importar el coste; hay que tener en cuenta que, en el siglo I, el coste por decir la verdad fue mi propia vida. ¿Acaso no es lógico que, a veces, sienta algo de miedo al decir la verdad? Sí, lo siento, y he tenido que lidiar con esa emoción. A María, por ejemplo, a veces le asusta que yo diga la verdad, ya que ella tuvo que cargar con la emoción de perder a su alma gemela durante treinta o cuarenta años, precisamente porque yo decidí vivir en la verdad. Por lo tanto, han surgido emociones que hemos tenido que atravesar. ¿Te das cuenta de que, si realmente amamos a alguien, siempre le diremos la verdad sobre su Ley de Atracción, incluso si eso provoca que deje de querernos? Hacer algo así requiere valentía y un profundo amor por los demás. Por eso, cuando a las personas les suceda algo, anímalas a ver que ha sido su propia Ley de Atracción la que ha dado lugar a ello.

Participante mujer: Tengo una pregunta sobre Graham y el asunto del taxi. Al principio me pareció injusto, pero luego pensé que, en cierto modo, la compañía de taxis permite que cada persona aplique su propia Ley de Atracción en lo que respecta a si recibe un pago o no. ¿Qué opinas al respecto?

Bueno, si fuera yo —y no digo que Graham deba hacer esto, ojo—, abordaría el asunto con la empresa. No me preocupa qué política decidan seguir con los otros conductores, pero si deciden mantener la misma política *conmigo*, y como soy un hombre honesto, les diría: “Alguien se ha negado a pagar el viaje y yo no he cobrado; eso es muy injusto. Deberíamos compartir la pérdida, ya que también compartimos las ganancias”. Y les diría que, si no están dispuestos a hacerlo, dejaría de trabajar para ellos. Estaría dispuesto a perder mi trabajo por este motivo y, al mismo tiempo, a tratar con todas las emociones que esto me suscita, como la sensación de carencia o cualquier otra cosa que pueda surgir.

5.3. Ejemplo de una científica que cambia de trabajo

¿Está Luli hoy aquí? Louise Faber es una de las personas que asiste a nuestro grupo y, recientemente, ha pasado por una situación así en su trabajo. Es doctora en neurociencia y, hasta hace poco, participaba activamente en experimentos con animales para la investigación neurocientífica; de hecho, esa es la única actividad que realiza la organización para la que trabaja —creo que es una entidad gubernamental—. El caso es que se dio cuenta de que no se sentía en armonía con el amor, así que fue a hablar con el director de la organización y le comunicó que ya no podía seguir desempeñando ese puesto, por lo que tendría que marcharse, ya que no estaba dispuesta a continuar trabajando con animales. Lo pensaron durante un día más o menos, luego la llamaron de nuevo y le dijeron: “Vamos a crear un puesto nuevo para ti; un puesto en el que no tengas que trabajar con animales”. Sin embargo, el nuevo puesto implicaba que ella debía conseguir financiación y preparar documentos de investigación que justificaran el uso de animales. Así que ella se marchó, reflexionó sobre todo ello y regresó junto al director para decirle: “¿Sabe ese nuevo puesto que has creado para mí? Pues resulta que tampoco puedo ocuparlo, porque, al hacerlo, estaría apoyando a otros a causar a los animales el daño que yo misma no quiero infligirles”.

Ella esperaba, una vez más, perder su empleo y tener que buscar trabajo en otro lugar. Pero, al poco tiempo, la volvieron a llamar: habían creado otro puesto para ella. Esta nueva función consiste en investigar la relación entre la neurociencia y la espiritualidad, ¡algo que encaja perfectamente con sus intereses! ¿No es maravilloso? Ella confrontó sus emociones —y cabe destacar que realizó un profundo trabajo de procesamiento emocional entre cada una de estas etapas—, abordando cuestiones como la falta de abundancia, analizando por qué estaba dispuesta a ceder en sus principios para obtener financiación, entre otros muchos aspectos. Tras trabajar en todo ello, finalmente llegó a un punto en el que le ofrecieron el trabajo de sus sueños. Además, al mantenerse fiel a la verdad, descubrió cuál era su verdadera pasión: combinar la investigación neurocientífica con el desarrollo emocional y espiritual, estableciendo un vínculo entre ambos ámbitos. Imagina lo importante que será esto para el futuro: presentar ante la comunidad científica pruebas sólidas de que existe una relación entre estos campos. Esa es, precisamente, su pasión. Me parece un ejemplo excelente.

5.4. Emociones relacionadas con la abundancia

Participante mujer: Esto tiene que ver con la historia de Graham; es algo que he estado experimentando en mi interior durante años. Si sumara todo el dinero que he entregado y que nunca he recuperado... En el pasado, no me he sentido inquieta ni preocupada, porque sé que lo que sale, vuelve.

¿Puedo hacer un comentario sobre esa emoción? En realidad no lo sabes —porque, si lo supieras, no estarías hablando de ello ahora mismo—, pero sigamos adelante.

Participante: Ahora me has confundido.

¡Lo siento! Tienes la esperanza de que suceda, pero, en tu propia vida, la sensación que experimentas es que no ha ocurrido. Por lo tanto existe un sentimiento en tu interior que no coincide con tu convicción intelectual de que eso sí sucede.

Participante: ¡Sí, porque no está sucediendo!

¡Exacto!

Participante: Lo cual me ha llevado a tener que cambiar mi actitud respecto a ayudar a los demás económicamente.

¡Exacto! Porque esa es tu Ley de Atracción. Tu Ley de Atracción consiste en estar dando, dando y dando constantemente, a costa de ti misma. Lo que haces es centrarte en los efectos en la vida de los demás, intentando solucionar esos efectos en lugar de abordar la causa. Al no ocuparte de las causas, estás infringiendo varias leyes de Dios. La Ley de la Abundancia solo funciona cuando no se están vulnerando estas otras leyes; es algo que también debes tener en cuenta. Así que sí, tienes toda la razón: albergas una emoción que revela que, en realidad, no crees en lo que pensabas que sí crees. Existe en ti el deseo de ayudar a los demás ocupándote de los efectos, en vez de atender a las causas reales. Esa emoción —que en tu caso funciona como una adicción— es precisamente lo que debes examinar. ¿Sabes a qué podría corresponder?

Participante: Miedo al rechazo.

Bien. Si haces cosas por los demás constantemente, te aseguras de no ser rechazada; siempre te querrán, sobre todo si hay algún tipo de pago de por medio. “Te pago para que me aprecies, te pago para que me aprecies”... ¡y al final, todo el mundo acabará apreciándote! ¡Hasta que se acabe el dinero!

Participante: Siento una especie de dureza o insensibilidad al no ayudar, porque hay otra situación de por medio.

Ahora estás empezando a acceder a emociones subyacentes que realmente están ahí: la creencia de que, si no ayudas a alguien que lo necesita, es porque hay algo malo en ti. Por lo tanto, mantienes ciertas convicciones muy arraigadas sobre el amor que, en realidad, no son ciertas.

Participante: ¿Amar bajo una condición? ¿Existe, entonces, una condición detrás de mi forma de dar?

Sí; dentro de ti existe la condición de recibir algo a cambio. Eso es lo que constituye la adicción; es la razón por la que actúas así. La clave está en profundizar, ya que estás empezando a conectar con la emoción que surgió en tu comentario anterior. Por lo tanto, permítete simplemente sentir esa emoción —la que surge ante la posibilidad de dejar de dar—; es algo como: “Debo de ser una mala persona porque ya no quiero seguir dando”. Ahí reside esa emoción; permítete conectar de verdad con ella y quedarte en ella.

Participante: ¿Entonces, si siento todo eso, cabe esperar que el dinero regrese?

El dinero regresará, sin duda, cuando también abordes las leyes de la abundancia. Existe toda una serie de leyes sobre la abundancia que la mayoría de nosotros debemos trabajar para poder tener dinero o riqueza —y utilizo el término “riqueza” en un sentido muy amplio, pues no se limita al ámbito financiero, sino que abarca todo tipo de áreas de nuestra vida—.

Participante: Gracias.

6. Leyes que rigen el amor hacia los demás: Parte 2⁷

La clave, en lo que respecta al amor, es verlo todo en función de lo que ocurre en tu interior; siempre hay que mirarlo así. En el momento en que externalizas todo y empiezas a culpar a los demás, pierdes el control. La verdad es que todo lo que llega a tu vida es creación tuya; por lo tanto, debemos empezar a verlo de esa manera. No me refiero aquí a nuestros hijos, ya que lo que sucede en la vida de ellos es, en realidad, creación nuestra —como adultos, debemos seguir viéndolo como nuestra propia creación—. Y obviamente, nuestros hijos son creadores en formación. A través de nuestra forma de actuar —aplicando nuestra propia Ley de Atracción y todas estas leyes que ponemos en marcha—, les enseñamos a crear también en sus propias vidas.

6.1. Crear un entorno laboral amoroso y armonioso

Participante mujer: Antes de pasar al siguiente punto, quería comentar que tengo un centro de sanación en Cooroy que lleva funcionando siete años y medio. Últimamente, ha surgido falta de armonía en el centro.

¿Te refieres a la relación entre las distintas personas que ofrecen los servicios de sanación?

Participante: Sí, y quiero saber cuál es mi papel en esto.

Bueno, ante cualquier situación que surja en nuestra vida, lo primero que debemos hacer —como acabo de mencionar— es observar qué emoción interna se ha activado en nosotros a raíz de ese suceso. Después, si nos encontramos en una posición en la que estamos facilitando algo, lo ideal es reunir a todos los implicados y pedirles que hagan el mismo ejercicio con sus propias vivencias: “¿Qué emociones hay en vuestro interior?”. Plantéales estas cuestiones: “Todos vosotros, en algún momento, debéis identificar la emoción que lleváis dentro y que está dando lugar a este suceso”. Ayúdales a centrarse en su propia Ley de Atracción y a comprender que es su propia vida la que está generando todo lo que está ocurriendo.

Considero que, en realidad, es algo positivo, ya que gran parte de la aparente armonía que existía antes no era más que una armonía falsa, en la que todos pasaban por alto las heridas y las emociones de los demás. Pero ahora existe una menor tendencia a actuar así. Podría decirse que, probablemente, lo que está ocurriendo es que, durante su estado de sueño, algunos han empezado a comprender la importancia de las emociones; y ahora, en estado de vigilia, comienzan a experimentar sentimientos de malestar que, a su vez, empiezan a proyectar hacia afuera. La clave, al ayudar a alguien, reside en acompañarle a transitar ese proceso de una manera amorosa. Es posible abordar la ira, por ejemplo, desde el amor; y lo mismo ocurre con la tristeza. Si te sientes herida, puedes gestionar esa herida con amor, comenzando por la humildad y permitiéndote sentir todas tus emociones.

⁷ El vídeo dos empieza con el final de la Parte 1 —unos quince minutos—. Esta parte 2 comienza en el minuto 18:23. Antes han comenzado a hablar al hilo de algo que surgió al inicio: cuestiones de logística, etc. Por eso el comienzo puede sonar algo descontextualizado, etc. (N.d.T.)

Por lo tanto, orienta su atención hacia las leyes —más allá de la situación concreta— y hacia las emociones que surgen en su interior. Invítales a trabajar en esas emociones. Llegado el caso, yo diría: “Quien no esté dispuesto a hacerlo, deberá marcharse; nos quedaremos con aquellos que sí se comprometan a trabajar en sus propias emociones”. A menudo, en una práctica, empresa, negocio o centro de sanación —donde ofrecemos sanación a los demás de forma gratuita—, o en donde sea, nos involucramos tanto emocionalmente en mantener las cosas como están, o en hacerlas crecer, que no logramos identificar las emociones individuales que, en realidad, están obstaculizando dicho crecimiento. Lo maravilloso de estos cambios es que quienes no puedan manejar el potencial de crecimiento terminarán marchándose, mientras que aquellos que se encuentren en el punto adecuado para crecer permanecerán a tu lado y crecerán contigo. Debes comprender que muchas cosas necesitan ser destruidas antes de poder ser creadas de una manera que esté en armonía con las Leyes de Dios; esto se debe a que gran parte de nuestras creaciones se basan, en realidad, en una falta de armonía con el amor, en lugar de estar en armonía con él.

Esto no significa que todo vaya a llegar a su fin; lo que implica es que habrá un proceso de cambio, el cual conllevará algunas dificultades iniciales y hará que surjan ciertas emociones. Sin embargo, si logramos ayudar a tantas personas como sea posible a atravesar este proceso a nivel emocional, al final contaremos con un equipo capaz de sanar a otros con un poder mucho mayor, lo que, a su vez, atraerá a muchas más personas.

Por cierto, si tienes una empresa, un negocio o algo similar, se aplican los mismos principios. No temas al cambio; no temas que el proyecto vuelva a reducirse al estar atravesando emociones relacionadas con la verdad. Pues a menudo sucede que hemos construido grandes estructuras sobre cimientos de arena; pero tarde o temprano llegará una tormenta y lo derribará todo. Si no comenzamos a construir sobre cimientos de roca, el resultado final no será positivo. Por lo tanto, lo que estás experimentando es un proceso de transformación, orientado a establecer un fundamento sólido y firme, conectado con todas las Leyes de Dios y, en particular, con las Leyes del Amor Divino; y eso significa que, a la larga, terminará creciendo.

El ejemplo que mencioné, el de Luli y su trabajo en neurociencia, ilustra cómo ella atravesó un proceso en el que pensaba: “No puedo hacer esto, tampoco puedo hacer aquello, así que tengo que...”. Y, al final, ¿qué obtuvo? Algo que se ajusta aún más a lo que ella imaginaba que podría estar haciendo, ¡y, además, recibiendo una remuneración por ello! Esto es lo que suele suceder en nuestras propias vidas cuando nos enfocamos en la verdad. Muchos de nosotros creemos que, si nos centramos en la verdad y en los principios, todo lo que nos rodea se destruirá y nunca podremos recuperarlo. Pero la realidad es que, efectivamente, todo lo que has construido sobre la falsedad y el error será destruido. Sin embargo, lo que obtendrás al final será algo edificado sobre la verdad, algo mucho más poderoso y duradero que cualquier otra cosa que hubieras podido imaginar de otra manera.

7. La Ley del Perdón

Pasemos ahora a la siguiente ley que quiero tratar: la Ley del Perdón.

La Ley del Perdón es un tema al que dedicaré más tiempo más adelante; es una parte esencial de tu camino espiritual y conlleva una gran carga emocional. La razón por la que quiero abordarla ahora es que, al poner esta ley en práctica, estamos actuando con amor hacia los demás. Si observas el esquema del seminario que he preparado, verás que el perdón se define como perdonar gratuitamente a los demás, tal como Dios ya nos ha perdonado a nosotros.

Dios ya te ha perdonado absolutamente todo lo que has hecho que no estuviera en armonía con el amor. De hecho, Dios te perdona incluso si actuaste a propósito. Dios lo hace cada vez que eso ocurre. Así que, si ayer, o los días anteriores, al conocer algunas de estas Verdades Divinas, nos damos cuenta de que “vaya, durante la mayor parte del día hemos hecho cosas por las que necesitamos ser

perdonados”, debemos saber que Dios ya nos ha perdonado. ¿Entendemos esto? Dios ya nos ha perdonado.

Participante: Ayer, en la charla “Las leyes de Dios: una introducción”, hablaste sobre las sanciones, las penalizaciones. Entonces, aunque existe el perdón de Dios, ¿siguen aplicándose las sanciones?

Por supuesto. Porque recuerda que no es Dios quien impone las sanciones; las leyes conllevan una sanción automática. ¿Recuerdas que hablamos de las consecuencias? Pues bien, las leyes generan una consecuencia automática en nuestra alma, pero Dios ya nos ha perdonado por lo que hemos hecho. Sin embargo, eso no significa que Dios haya eliminado la consecuencia de nuestra alma. Son dos conceptos distintos, y es muy importante comprender la diferencia entre el perdón por un lado, y la gracia o la misericordia por el otro. Aquí estamos tratando la naturaleza del perdón; más adelante hablaremos de la misericordia, tal como la expresamos nosotros —no Dios— hacia los demás.

Participante: Entonces, una vez que hacemos nuestro propio trabajo personal, ¿llegan a desaparecer esas sanciones?

Bueno, no exactamente. Ya he explicado cómo se liberan las sanciones. Mencione dos formas: la Ley del Arrepentimiento y la Ley de Compensación. Hablaremos de estas leyes con más detalle en otra ocasión, pero solo existen dos maneras en las que las consecuencias de nuestras acciones pueden ser eliminadas de nuestra alma. Ambas implican un proceso profundamente emocional; la Ley de Compensación, por ejemplo, requiere mucho tiempo y una gran carga emocional. La Ley del Arrepentimiento —que es una ley del Amor Divino— conlleva un proceso más breve, pero también muy intenso a nivel emocional. Se trata, en definitiva, de aplicar una de estas leyes a nivel emocional para resolver los asuntos pendientes.

Sin embargo, de lo que estamos hablando aquí es de la Ley del Perdón en relación con los demás; es decir, de mi propia capacidad para perdonar a otras personas. Una de las razones principales para hacerlo es saber que, cada día, hago muchas cosas por las cuales necesito que Dios me perdone. ¿Cuántos de nosotros sentimos que hemos hecho un trabajo perfecto con nuestros hijos después de escuchar la charla sobre la crianza? ¿O incluso antes? Es posible que ya estuviéramos teniendo dificultades, y después de la charla, uno piensa: “¡Vaya!”. ¿Te das cuenta de que, como padres, hay muchas cosas por las cuales necesitamos que Dios nos perdone? Por lo tanto, cuando vemos a un padre o madre hacer algo que perjudica a su hijo, ¿podemos perdonarlo de inmediato? Basta con recordar que nosotros mismos también hemos hecho muchas cosas que han dañado a nuestros propios hijos.

7.1. El perdón implica sentir y liberar todas nuestras propias emociones

El acto de perdonar es algo sumamente poderoso; conlleva, desde un estado de humildad, experimentar realmente todas las emociones que surgen en nosotros ante las acciones de otra persona. Por ejemplo, si eres padre o madre y observas a otro progenitor haciendo daño a su hijo, es posible que, en un primer momento, sientas indignación, tristeza o una gran variedad de emociones. Para perdonar de verdad, es necesario sentir y liberar cada una de esas emociones hasta que lo único que surja de tu interior sea compasión —tanto por el niño como por el progenitor—, junto con el deseo de ayudar en la situación, aplicando lo que ahora comprendes como las Leyes de Dios al respecto.

Esto no significa quedarse de brazos cruzados observando lo que ocurre. Por el contrario, antes de poder intervenir para ayudar, es indispensable atravesar el proceso de perdonar a la persona que está causando el daño. Debo llegar al punto en que pueda perdonarla antes de estar realmente en condiciones de ayudarla. ¿Entiendes por qué? Si intervienes de forma impulsiva y combativa —movido por el malestar que te provoca su conducta—, ¿no es evidente que ya los has juzgado? Los has

condenado; y ¿qué es lo que percibirán de ti? ¡Juicio! ¡Condena! ¿Y crees que eso intensifica su rabia o la atenúa? ¡Por supuesto que la intensifica!

Si logro perdonar a esa persona —tras experimentar y liberar todas mis propias emociones (un proceso que puede llevar una, cinco o incluso diez semanas)—, podré acercarme a ella para hablar del asunto sin estar ya en una postura de juicio por sus actos. Así, estaré en condiciones de ofrecerle sugerencias claras y constructivas. Puedo ayudarles a ellos y a su hijo en ese estado, porque me mantengo en un espacio de amor hacia ambos. Pero si actúo desde un estado de gran ira y malestar, proyectando eso sobre ellos, es evidente que me encuentro en un estado de desarmonía con el amor. Por lo tanto, estoy haciendo con ese progenitor exactamente lo mismo que él le hace a su hijo; y, desde la perspectiva de Dios, estoy incurriendo en el mismo error que dicho progenitor.

Así pues, para perdonar verdaderamente a esa persona, debo abordar la cuestión del perdón, lo cual implica tener la humildad necesaria para permitir que todas estas emociones —desencadenadas por sus acciones— surjan en mi interior, y atravesarlas personalmente.

Al hacerlo, logro perdonar a la otra persona. Retomando lo que comentamos anteriormente sobre el Dr. Hew Len en la unidad psiquiátrica de Hawái, eso es precisamente lo que él hacía: al perdonarse a sí mismo, liberaba en su interior la emoción que lo vinculaba con la otra persona, o aquella que dicha persona le estaba provocando. En este proceso, se libera también —en el caso de este ejemplo— al espíritu que acompañaba a esa persona y la impulsaba a realizar ciertas acciones. El perdón es un mecanismo sumamente poderoso mediante el cual uno puede ayudar a los demás.

Participante hombre: A propósito de esto, en los “Mensajes de Padgett” hay muchos relatos de personas que terminaron en los “infiernos” y permanecieron allí durante muchísimo tiempo, hasta que, de repente, comprendieron que, si perdonaban a quienes les habían hecho daño, su estado mejoraba al instante. Pasaban a un lugar completamente distinto casi de inmediato, tras haber estado atrapadas allí durante cientos de años —o incluso más—; esa fue, tal vez, la lección más importante.

Así es. He hablado con grupos de espíritus esclavos que tenían una ira y una rabia terribles, además de un profundo daño, y que desean hacer daño a quienes se lo causaron a ellos. En otras palabras, no estaban perdonando a la otra persona; y la razón por la que no podían hacerlo era que albergaban en su interior un cúmulo de emociones dolorosas que no estaban dispuestos a experimentar personalmente.

Sin embargo, al hacerlo, en cuestión de instantes, se trasladaron a otro lugar en el mundo espiritual; avanzaron directamente desde aquel punto hacia una nueva ubicación. El perdón es una emoción sumamente poderosa.

7.2. Formas en que se quebranta la Ley del Perdón

Cuando hablamos de quebrantar esta ley, a menudo nos invade un fuerte sentido de la justicia; ya sabes, esa enseñanza de “ojo por ojo” que termina dejando ciego al mundo entero. Es un concepto muy arraigado en la tradición bíblica con el que muchos de nosotros hemos crecido, pues albergamos en nuestro interior un profundo deseo de venganza por todo el daño que otros nos han causado. Podemos llevar esto aún más lejos, cayendo en la dinámica de pensar: “Como una persona me hizo daño, ahora quiero hacérselo a todo el mundo”. Pensemos, por ejemplo, en los conflictos entre géneros que existen hoy en día. ¿Cuántos hombres o mujeres sienten odio hacia el sexo opuesto simplemente porque su madre o su padre les hicieron daño? No les basta con devolverle el daño a su madre; quieren hacérselo a todas las mujeres del planeta. O, en el caso de quienes fueron heridos por su padre, no se conforman con desquitarse con él, sino que terminan queriendo dañar a cualquier persona. El problema de esta falta de perdón es que, al no perdonar, quedamos atrapados en emociones cargadas de ira. Lo que sucede es que terminamos proyectando esa rabia no solo hacia la persona que la originó, sino hacia cualquier otra que, a nuestros ojos, encaje en ese perfil.

Por ejemplo, ¿cuántas mujeres mayores han experimentado alguna vez que un hombre más joven se enfada con ellas sin motivo aparente? ¿Qué está ocurriendo ahí? Más allá de lo que mencionamos anteriormente sobre la Ley de Atracción, es evidente que este hombre tiene conflictos no resueltos con las mujeres y los proyecta sobre ti. ¿Por qué? Tú no fuiste quien le causó, hace años, ese daño que él ha estado cargando durante toda su vida. Pero, dado que esta emoción sigue presente en él y no logra perdonar —no puede dejarla ir, ni sentirla para luego liberarse de ella—, ahora busca proyectarla sobre cualquier persona que llegue a su entorno vital. De este modo, intenta justificar un sentimiento que, en realidad, solo está dirigido hacia una o dos personas concretas.

Esto es algo que observamos constantemente en las rivalidades entre grupos étnicos o raciales. Si, por ejemplo, una persona de origen chino me engañó en el pasado, es posible que, a partir de entonces, asuma que cualquier otra persona china también intentará engañarme. Así es como actuamos. A veces llevamos esto al extremo: podemos llegar a desear la muerte de alguien —o incluso estar dispuestos a matarlo— simplemente por lo que creemos que nos hizo. Os recomiendo una película excelente titulada “Twelve and Holding”⁸. Trata sobre cuatro niños de doce años que reciben una enorme carga de emociones proyectadas por sus padres, y explora lo que los niños hacen con dichas emociones. Es una película realmente impactante. Otra obra muy recomendable sobre este tema —en particular sobre el perdón y los efectos de las emociones— es “El mercader de Venecia”.

La versión más reciente, protagonizada por Jeremy Irons y Al Pacino, está muy bien realizada y cuenta una historia excelente. Se trata, por supuesto, de una obra de Shakespeare, y su puesta en escena es magnífica; ilustra a la perfección cuestiones como el arrepentimiento y el perdón, así como las razones por las que una persona es incapaz de desprenderse de ciertas emociones, revelando qué ocurre en su interior que le impide dejarlas atrás. Os invito a conectar emocionalmente con estas historias; son buenas películas para explorar y comprender algunos de estos sentimientos. El problema con nosotros, la mayor parte del tiempo, es que estamos muy dispuestos a proyectar nuestra ira hacia los demás; y de hecho, todos nosotros, incluso antes de venir a una de estas sesiones, sabíamos que la ira proveniente de otra persona nos hace daño. ¿Cuántos pensabais —antes de venir a una de estas sesiones— que, si alguien se enojaba con vosotros, eso era algo aceptable? Y, sin embargo, ¿cuántos de nosotros, a lo largo de un día cualquiera, terminamos enojándonos con alguien?

Participante: ¿Podrías explicar, por favor, en qué consiste la proyección?

Si no estoy sintiendo mis propias emociones causales, estoy proyectando esas emociones hacia el universo. En otras palabras, todas las personas a mi alrededor terminarán sintiendo esas mismas emociones.

7.2.1. Asumir la ira frente a proyectarla

Participante: Pero, si uno siente ira, ¿no debería permitirse sentirla?

Es mejor eso que no sentir la ira y, en cambio, estar en un estado de rabia; sí. Pero, aun así, eso no equivale a asumir la emoción causal. Recuerda que mencioné que es la emoción causal la que debemos asumir.

Participante: Pero, si te permites sentir la ira sin estar enojado con nadie en particular, ¿eso cuenta como proyección?

⁸ Película de Michael Cuesta, estrenada al parecer con estos títulos en el ámbito hispano mundial: “El fin de la inocencia”; “A los 12 sin miedo”. (en.wikipedia.org/wiki/12_and_Holding) (N.d.T.)

Si te permites sentir la ira —por ejemplo, golpeando un saco de boxeo— y realmente conectas con ella, entonces no la estás proyectando; la estás asumiendo y permitiendo que fluya a través de ti.

Participante: ¿Y qué sucede si simplemente te sientas, te permites observar la ira y sentirla, sin proyectarla hacia nadie —sin tener a nadie en mente—, simplemente sintiendo esa ira...?

Eso implica una menor proyección, pero sigue habiendo proyección, ya que no estás inmerso realmente en la ira misma; no la estás sintiendo ni experimentando por completo. Es algo parecido a lo que me dicen a menudo algunas personas: “Cuando estás triste, ¿tienes que llorar? Yo no lloro cuando me siento triste; simplemente me siento, experimento la tristeza y no lloro”. Pues bien, te aseguro que, si no lloras cuando estás triste, en realidad no estás sintiendo la tristeza; simplemente te has instalado en ella, pero no la estás sintiendo ni experimentando plenamente. Por eso Dios nos dio los conductos lagrimales: para que podamos experimentar la tristeza —o, al menos, esa es una de sus funciones—.

La verdad es que, si no experimentas la emoción por completo, siempre habrá algo de proyección por tu parte. Por lo tanto, la clave con todas nuestras emociones es experimentarlas en su totalidad, asumiéndolas plenamente como propias. Así pues, si estamos enfadados y nos quedamos ahí sentados, hirviendo de rabia, es que aún no estamos experimentando del todo la emoción subyacente que la provoca; nos hemos quedado estancados en ese estado y, por consiguiente, seguimos proyectando nuestra ira hacia los demás.

Últimamente, en el foro de internet sobre el “Camino del Amor Divino”, María me ha señalado varios casos de personas que justifican sus proyecciones. Si justificas tus proyecciones, te sitúas fuera de la armonía con el amor, ya que una persona amorosa no desea hacer daño a nadie a su alrededor. Si decides que puedes estar enfadado con todos los que te rodean, estás perjudicando automáticamente a quienes están a tu alrededor. Es cierto que tienes permitido experimentar eso —puedes estar enfadado con todos los que te rodean—, pues así lo establece la Ley del Libre Albedrío. No digo que no tengas permitido hacerlo; lo que digo es que, al hacerlo, dañas tu propia alma y, potencialmente, también la de muchas otras personas. Debemos examinar las razones subyacentes por las que recurrimos a la ira. Siempre hay una razón subyacente, a menudo encubierta por el miedo, a la cual debemos acceder; necesitamos profundizar en nuestras emociones, así que permitámonos hacerlo.

El perdón hacia los demás es fundamental en nuestra vida —y también lo es para ellos—, ya que notarás que cualquier persona a la que perdones sinceramente desde el corazón cambiará su forma de interactuar contigo, sin necesidad de que digas una sola palabra.

Algunos ya lo habéis vivido: habéis atravesado un proceso en el que habéis asumido plenamente vuestras propias emociones, hasta el punto de que ya no sentís nada negativo hacia esa persona, sino que, por el contrario, experimentáis amor hacia ella. Y, de repente, la forma en que esa persona interactúa contigo cambia por completo. O bien, simplemente se aleja; pero, en cualquier caso, su manera de interactuar contigo será distinta.

7.2.2. El perdón beneficia tanto a los espíritus como a las personas en la Tierra

Participante hombre: ¿Esto se aplica también a los espíritus? En mi caso, la persona que me hizo daño ya falleció; ¿puedo perdonarla aunque yo siga con vida y ella se encuentre en el mundo espiritual?

Sí. De hecho, para ellos puede resultar incluso más poderoso que para una persona en la Tierra, ya que, a menudo, alguien que vive en el plano terrenal está emocionalmente muy distraído respecto a tu proceso de perdón. En cambio, cuando atraviesas este proceso, una persona que se encuentre en el mundo espiritual suele sentirse muy atraída hacia ti; por lo tanto, el efecto en un espíritu es, en realidad, aún más potente que en alguien que habita en la Tierra.

Recuerda que, en todas estas interacciones con personas que han fallecido —ya sean tus padres, madres o cualquier otra persona que te haya causado daño—, el proceso de perdón les brinda una ayuda inmensa.

7.3. Cuando perdonamos de verdad, la Ley de Atracción cambia

Participante mujer: ¿Cómo puedo saber si he perdonado o si simplemente me he vuelto una persona pasiva? Soy alguien bastante pasivo, pero ¿podría ser eso porque niego mi propia ira?

Es una buena pregunta, porque hoy en día es frecuente escuchar a la gente decir: “He perdonado a esa persona”, cuando en realidad lo único que han hecho es reprimir y enterrar sus verdaderas emociones. La forma de saberlo es la misma que utilizas para identificar cualquier otro cambio en tu vida: la Ley de Atracción cambia. Por lo tanto, tu Ley de Atracción respecto a la persona con la que tienes un conflicto o hacia la que sientes ira, cambiará. Cuando perdonas de verdad, esa persona percibirá algo distinto en ti —algo que no había sentido antes— y, a menudo, se sentirá motivada a hablar contigo al respecto. Pero, incluso si no ocurre así, tú misma notarás cómo cambia la Ley de Atracción en vuestra relación: puede que te encuentres con esa persona de nuevo y te des cuenta de lo que sientes: “Ya no siento ira hacia ella. Siento que ahora puedo amarla”. Esto es algo que puedes experimentar con tus padres o con cualquier otra persona hacia la que sientas ese tipo de ira.

Sin embargo, si intentas excluir a alguien de tu vida pero esa persona sigue apareciendo constantemente —te la cruzas por la calle y cambias de rumbo, o la ves en el cine y te vas a sentar a un rincón, o cualquier otra situación similar—, es señal de que estás negando emociones muy profundas de resentimiento. Permítete procesarlas; deja que salgan a la superficie y trabájalas, pues cuando perdonas de verdad, ya no sentirás la necesidad de evitar a esa persona. Aunque es posible que tu Ley de Atracción sea que esa persona te evite, debido a que en el pasado te ha hecho daño. Y no te sugiero que te expongas sistemáticamente a situaciones en las que sabes que, inevitablemente, vas a salir perjudicado. Así que, si reconoces eso, la pregunta que debes abordar —analizando la emoción subyacente— es: “¿Por qué te colocas en una situación en la que sufres daño constantemente?”.

Es algo parecido a cuando una mujer sufre abusos por parte de un hombre y no quiere dejarlo; sigue siendo maltratada una y otra vez. Por cierto, en esa situación, ella no está perdonando ni al hombre ni a sí misma. Lo que ocurre es que su ira y otras emociones se van acumulando cada vez más, hasta que, tarde o temprano, la situación se convierte en un polvorín. Es por esto que existe tanta violencia doméstica: al final, todo estalla, y una de las partes termina haciendo daño a la otra, precisamente porque las emociones no han sido tratadas.

Lo que planteo es que, al atravesar el proceso del perdón, esto no implica necesariamente que debas permanecer junto a la persona que te está causando daño. Hablaremos de ello en un momento, ya que se trata de un proceso de misericordia.

7.3.1. El perdón surge al instante cuando somos verdaderamente humildes

María: ¿Puedo recalcar que, si eres verdaderamente humilde, todo este proceso ocurre de forma muy natural? Si simplemente te permites sentir todas tus emociones, perdonarás de manera espontánea.

Así es. Si eres realmente humilde —lo cual, como mencionamos antes, consiste en el deseo ardiente de experimentar todas tus propias emociones—, en el mismo instante en que alguien te hace daño, también lo perdonas. Esto sucede porque todas las emociones que te habrían atravesado a raíz de su acción ya no te atraviesan, pues han sido procesadas. Las has experimentado todas, y al haber elegido vivirlas, te sitúas automáticamente en un espacio de perdón.

Esto fue lo que me ocurrió cuando estaba con Cornelio y me estaban clavando en la estaca:

simplemente lo miré y sentí el perdón mientras él realizaba el acto. Así que, mientras él me clavaba el clavo en la muñeca, yo lo miraba con un sentimiento de perdón; él reaccionó ante eso: dejó el mazo de inmediato y se alejó. Otra persona lo recogió, pero mi acto de perdón hacia esa otra persona no tuvo el mismo efecto. ¿Te das cuenta, entonces, de cómo el proceso del perdón puede influir profundamente en las personas?

Participante mujer: ¿Es posible sentir verdadera compasión por alguien y atravesar el proceso de perdonar, pero aun así conservar un residuo de ira?

No. Todas las emociones propias del amor son puras en todas sus manifestaciones. Una vez que experimentes el perdón por completo, siempre sentirás compasión; ya no volverás a experimentar ira, rabia, ni siquiera una ligera molestia. Cuando todas esas emociones atraviesan nuestro ser y son liberadas, dejamos de experimentarlas por completo. Es evidente que Dios nunca siente ira hacia nada; por lo tanto, al alcanzar la unidad con Dios, tú tampoco sentirás ira hacia nadie ni hacia nada, sin importar lo que hagan los demás. Todos sois plenamente capaces de alcanzar ese estado mediante la recepción del Amor Divino —ahora estamos hablando de cualidades divinas, no simplemente de las cualidades del amor natural—. Podría decirse que las cualidades del amor natural son versiones atenuadas de la realidad; mientras que las cualidades del Amor Divino representan la esencia misma, la cual desarrollarás a medida que recibas cada vez más Amor Divino.

7.3.2. Las razones emocionales del juicio

Participante mujer: Juzgar... eso es algo que se me da muy bien.

¡Así es, a la mayoría de nosotros se nos da muy bien!

Participante: Pero siento que se me da realmente bien, porque me mantiene estancada...

Te mantiene estancada, sin duda...

Participante: Entonces, ¿cómo puedo dejar de hacerlo?

Siempre existe una razón emocional por la que juzgamos a los demás; por lo general, se trata de una combinación de varios factores. A veces, vemos en los otros algo propio que no nos gusta, y sentimos la necesidad de juzgarlos. Es algo muy común: intentamos negar esa parte de nosotros mismos que vemos reflejada en los demás, por lo que, de inmediato, los juzgamos. Otra razón por la que juzgamos es que nos consideramos superiores a la otra persona, en realidad; y en estos casos debemos examinar qué está ocurriendo en nuestro interior que nos lleva a vernos como mejores que los demás. Otra cuestión es que, a menudo, albergamos una profunda herida derivada de experiencias de la infancia; experiencias que la persona que tenemos delante está recreando en este preciso instante. Al hacerlo, esa persona desencadena en nosotros una emoción que actúa como reflejo de lo que vivimos en nuestra niñez. Así, de inmediato, etiquetamos a esa persona —asociándola, por ejemplo, con nuestro padre, nuestra madre o un hermano que se comportó de forma despreciable— y terminamos proyectando todas esas emociones sobre quien está repitiendo aquel mismo comportamiento.

A veces, el detonante puede ser algo tan simple como el parecido físico con alguien que nos hizo daño. Algunas personas se me han acercado para decirme: “No me gusta tu aspecto; te pareces a alguien a quien detestaba”. En ocasiones, nos encontramos con situaciones de este tipo. ¿Cuántos os habéis fijado en la forma de vestir de alguien y habéis experimentado una reacción emocional intensamente negativa? Esto ocurre debido a los juicios que albergamos en nuestro interior, los cuales

surgen de la represión de emociones que no queremos afrontar. Por tanto, la clave reside en comprender que, cada vez que juzgamos, estamos proyectando una emoción; es como si nos arrogáramos el derecho a decidir si la otra persona merece vivir o morir. En realidad, ni siquiera Dios actúa así, por lo que nos estamos colocando en una posición sumamente peligrosa. La clave, entonces, consiste en permitirnos reconectar con la emoción que nos lleva a juzgar; pues, en el fondo, siempre existe una emoción subyacente que nos impulsa a emitir esos juicios.

7.4. Sentir la emoción causal genera el perdón

Participante hombre: Debido a un estado del alma que contiene un error, he entrado en conflicto con varias personas en mi vida; siento que debo perdonarlas, pero, en cierto modo, he sido yo quien ha creado esa situación. ¿Debo abordar primero esa emoción causal antes de proceder al perdón?

Sin duda; es precisamente la emoción causal la que te impide perdonar. Por lo tanto, permite que aquello que no puedes perdonar despierte una reacción en ti; siente realmente esa emoción causal y, una vez que haya atravesado tu ser por completo, tu actitud hacia esa persona cambiará radicalmente. Ya no sentirás resentimiento, ni deseos de hacer daño, ni nada por el estilo.

En el mundo espiritual, a veces resulta algo más sencillo perdonar, ya que se tiene una perspectiva mucho más amplia. Aquí en la Tierra, te resulta muy difícil conocer la vida de la otra persona, su infancia o cómo fue su proceso de crecimiento. Es muy complicado comprender sus circunstancias actuales, percibir el dolor que albergan en su interior o entender lo difícil que es, en realidad, su propia vida; por eso, a menudo no logramos perdonar al otro. En el mundo espiritual, en cambio, es posible leer con facilidad lo que ocurre en el alma de cada individuo: puedes sentir las emociones que emanan de ellos y acceder al registro de su vida. Al poder percibir todo esto, surge una mayor compasión; además, la distancia te permite darte cuenta de que, por ejemplo, aquellos 5.000 dólares que alguien te robó en la Tierra, aquí arriba, en realidad, carecen de importancia. Así pues, la distancia conlleva una bendición —aunque tenemos ese dicho sobre la tiranía de la distancia⁹—, pues nos permite ver con claridad aspectos que, de otro modo, habrían permanecido ocultos, lo cual facilita el perdón. Por consiguiente, ver la verdad sobre la vida de la otra persona forma parte esencial del proceso que permite que el perdón tenga lugar.

Participante: Y en esa situación, supongamos que tengo un conflicto con varias personas de una manera similar; al perdonar a una de ellas, ¿eso me permite fluir con mayor facilidad hacia las demás?

Sí, porque si abordan la emoción causal —es decir, la razón por la que no podías perdonar a la primera persona—, es muy probable que el estado de tu alma cambie y, por consiguiente, también cambie tu Ley de Atracción. Entonces, todas esas personas percibirán en ti el sentimiento de perdón.

María: Solo quería señalar que comprender es algo distinto a perdonar. Uno puede comprender —y muchos de nosotros lo hacemos— y decir: “Oh, entiendo por qué hicieron eso, así que los perdono”; pero, a menos que hayamos experimentado la emoción causal, no hemos llegado realmente al espacio del perdón. Muchas personas que afirman haber perdonado, en realidad no lo han hecho.

Es un punto muy válido el que plantea María; ¿entiendes a qué se refiere? Es fundamental comprender que, si no experimentas la emoción causal, no has perdonado, aunque te convenzas a ti mismo de que sí lo has hecho.

⁹ Una expresión —la tiranía de la distancia— que afectaría en particular a Australia —donde seguramente nacieron la mayoría de los participantes en estos primeros encuentros de Divine Truth—, ya que estos territorios de Oceanía fueron históricamente moldeados por la “tiranía de la distancia”. (N.d.T.)

Participante hombre: ¿Puede el daño ser una emoción causal?

Por lo general, el daño o sentirse herido no es una emoción causal en sí misma, pero ese sentimiento de daño te conducirá hacia las emociones causales. Por ejemplo, si alguien me hace algo siendo yo adulto, puedo sentirme herido; pero, subyacente a eso, existe una emoción causal de la infancia que aún no ha sido liberada.

Participante: ¿Qué sucede si la emoción proviene de la infancia, ese sentimiento de haber sido herido?

Entonces podría tratarse de una emoción causal; y es algo muy común en la mayoría de las personas.

Participante mujer: Me pregunto si es posible perdonar emoción por emoción, por así decirlo. Por ejemplo: siento mucha ira hacia mi madre. Si experimento una emoción relacionada con el rechazo, llego a su causa y logro perdonar —gracias a una comprensión profunda y a la liberación de dicha emoción—, ¿significa esto que la he perdonado por completo, o debo pasar por este proceso con cada una de las emociones?

No, tendrás que pasar por este proceso con cada emoción. Sin embargo, la realidad es que muchas emociones están entrelazadas. A menudo, a través de este proceso —al abordar una emoción causal dirigida hacia alguien—, terminamos perdonando a esa persona. Gran parte de la razón por la que no podemos perdonar es que proyectamos ira, rabia y otras emociones sobre el otro. No estamos asumiendo la plena responsabilidad de nuestras propias emociones. Al profundizar en este estado, aprendemos mucho sobre el perdón; por ejemplo, que todo lo que siento es, en realidad, mi propio sentimiento: no es tu culpa que yo me sienta así. Incluso si me mataras, no sería tu culpa que yo experimente lo que siento a raíz de tus actos.

La clave reside en alcanzar esa comprensión a nivel del alma. Una vez que llegamos a ese nivel, somos capaces de perdonar de forma natural en cualquier situación. No obstante, alcanzar esa comprensión a nivel del alma es un proceso emocional profundo que, para muchos de nosotros, se desarrolla a lo largo del tiempo. A medida que avanzamos —liberando una emoción tras otra—, llegamos a un punto en el que, ante cualquier acción de los demás, nuestra respuesta es el perdón automático. Pero, evidentemente, alcanzar ese estado requiere un intenso trabajo de procesamiento emocional.

Participante: ¿Y en todo esto, qué papel juega el perdón en sí mismo?

¡Un papel fundamental!

Participante: ¿Y eso lo haríamos antes o después? Es que a veces siento que eso me bloquea... Me da tanta vergüenza tener ciertos sentimientos que, en cierto modo, se interponen a la hora de perdonar...

Casi toda nuestra incapacidad para perdonar a otra persona proviene de nuestra incapacidad para perdonarnos a nosotros mismos. Por eso, en algún momento tendremos que hablar largo y tendido sobre el perdón; y así lo haremos. Si te interesa leer algo al respecto, hay material muy bueno en “El camino o vía del corazón” (*The Way of the Heart*). No recuerdo exactamente en qué lecciones aparece, pero se trata de una canalización que realicé a través de un hombre llamado JM —John Mark Hammer— (aunque él no admite esto por el momento). Existen tres libros: “El camino del corazón”, “El camino de la transformación” (*The Way of Transformation*) y “El camino del conocimiento” (*The Way of Knowing*). Todo el conjunto forma parte de una obra llamada “El camino de la maestría” (*The Way of*

Mastery), aunque, lamentablemente, son bastante costosos. La próxima semana me reuniré con las personas responsables de estos textos y uno de los temas que quiero tratar con ellos es la posibilidad de hacerlos más asequibles; considero que es un material realmente importante, aunque contenga muchos conceptos de la corriente “Nueva Era” (*New Age*) que se mezclaron con el proceso de canalización. Aun así, hay pasajes maravillosos sobre el perdón que realmente vale la pena leer. Hablaremos sobre el perdón: no solo sobre el perdón de Dios hacia ti, sino también sobre el perdón de ti por ti mismo, y del perdón de ti hacia los demás.

7.4.1. Trabajar las emociones con Dios también ayuda a gestionar las emociones relacionadas con otras personas.

Participante: Si siento una serie de emociones hacia Dios —como el rechazo, entre otras— y logro liberarlas, ¿significa esto que no tengo que hacer lo mismo con todas las personas de mi vida?

La verdad es que la mayoría de tus emociones hacia Dios surgen, en realidad, de las emociones que sientes hacia otras personas. Por lo tanto, si abordan la causa de la mayor parte de tus emociones hacia Dios, estarás, inevitablemente, abordando también la causa de las emociones que sientes hacia los demás. Sin embargo, es posible que existan emociones que no diriges hacia Dios, pero que sigues albergando hacia otras personas; en esos casos, tendrás que trabajar en ellas por separado. Aun así, es indudable que puedes procesar muchas emociones centrándote simplemente en lo que sientes hacia Dios; por ejemplo: “Dios no me ama”, “no le importo a Dios”, “Dios no me quiere”, “Dios no cuida de mí” o “Dios no me protege”.

Existen diversas emociones que podemos sentir hacia Dios; todas ellas provienen, en realidad, de nuestros sistemas de creencias —formados a partir de lo que vivimos en nuestra infancia y a lo largo de nuestra vida—, los cuales se gestaron mediante nuestras interacciones con otras personas.

Participante: ¿Es cierto que, a través de una verdadera comprensión, se produce un perdón instantáneo?

No. Creo que María ha señalado algo fundamental: el perdón no consiste únicamente en comprender. La realidad es que, cuando perdonas, terminas comprendiendo. Considero que el perdón precede a la comprensión. Al perdonar plenamente, atraviesas procesos emocionales que te liberan de las emociones que llevas dentro; y son precisamente esas emociones internas las que te impedían perdonar. Una vez que eliminas dichas emociones, surge la comprensión: es entonces cuando has perdonado por completo. Por lo tanto, en muchos sentidos, diría que el perdón llega antes que la comprensión.

María: También quería ofrecerles enviar por correo electrónico a todos la sección sobre el perdón que aparece en “El camino del corazón”, por si les interesa.

¿Os gustaría recibirla? No te preocupes, lo enviaremos. Aunque será mejor preguntar si es posible; no se trata de material protegido por derechos de autor, ¿verdad? Ya preguntaré.

María: No lo creo. Simplemente iba a transcribir un par de páginas y enviarlas por correo electrónico. Incluiremos la referencia.

7.4.2. El ejemplo de un padre que perdona a su hijo

Participante hombre: AJ, parece que hay mucho perdón en lo que debemos centrarnos. ¿Por dónde empezar? ¿Te fijas en lo que está presente en ese momento o...?

En tu Ley de Atracción.

Participante: En mi Ley de Atracción, tengo un hijo que, en cierto momento, llegué a pensar que venía de otra galaxia; pero, tras realizar un profundo trabajo emocional al respecto, me he dado cuenta de que él es un reflejo de mí.

¡Eso significa que tú vienes de otra galaxia!

Participante: Pero, tras llevar cinco meses escuchando tus excelentes enseñanzas, me doy cuenta de que soy de aquí. A mi hijo le han diagnosticado TDAH en el plano físico, y me pregunto: ¿en qué aspecto de la condición de mi alma debo trabajar? Busco una especie de punto de apoyo, porque hay mucho que perdonar, pero no sé qué es lo más evidente que debo aclarar.

Todo lo que hace tu hijo es un reflejo de aquello que tú niegas; así que, cuando él provoque una reacción en ti, simplemente adéntrate en esa emoción y pregúntate: “¿Qué es lo que realmente siento ante lo que acaba de hacer?”. Quizás te sientas controlado o manipulado; permítete empezar a conectar con todas estas emociones. Muchos padres experimentan, en particular, la sensación de ser controlados o manipulados, y los niños detectan con facilidad cuándo pueden controlar o manipular a sus progenitores. A menudo, termináis siendo controlados y manipulados por vuestros hijos, y la razón es que aún albergáis en vuestro interior una emoción que permite esa manipulación. La clave no es detener la manipulación; la clave consiste en sentir esa emoción y liberarla. Irónicamente, al hacer esto, la manipulación por parte de ellos suele cesar automáticamente.

Dependiendo de la edad que tengan, el comportamiento puede cesar automáticamente o, tal vez, sea necesario conversar con ellos al respecto —una vez que hayas abordado la emoción subyacente—, ya que, a mayor edad, más arraigada está la conducta y más profunda es la herida que llevan dentro. Sin embargo, cuando son muy pequeños —por ejemplo, menores de siete, ocho o nueve años—, es frecuente observar que su comportamiento hacia ti cambia de forma espontánea. De hecho, muchos de ellos dejarán de manifestar lo que llamamos TDAH (u otras etiquetas similares), pues, a menudo, lo único que hacen es reflejar nuestras propias heridas emocionales no sanadas —como la falta de valoración personal—, las cuales ellos pueden detectar, controlar y manipular fácilmente, valiéndose de rabietas y otras tácticas para dominarnos.

Participante mujer: AJ, algo que me resultó especialmente difícil fue la vergüenza; la vergüenza de experimentar ciertos sentimientos hacia mis hijos y de proyectarlos sobre ellos. Lo menciono porque es algo con lo que me topé en mi experiencia como madre.

Es una emoción muy difícil de sentir. Por cierto, la vergüenza es una emoción sumamente compleja y, a la vez, muy poderosa, si te permites sentirla¹⁰. Es, además, el motivo principal por el que adoptamos una postura defensiva; por lo tanto, es una causa fundamental de la ira y la rabia. Así que, permítete sentir tu vergüenza. Algunos estáis teniendo dificultades con la ira y la rabia; a menudo, esto se debe a que no queréis sentir vuestra propia vergüenza. Es un punto sumamente importante.

Continuemos, pues aún queda mucho por tratar.

8. La Ley de la Misericordia

La siguiente ley de la que quiero hablar es la Ley de la Misericordia.

¹⁰ Sobre la vergüenza, ver lo que Jesús dijo —matizando mucho esto que vemos aquí— en unas sesiones posteriores (sobre las emociones y sentimientos de miedo): Sesión 5 sobre las emociones, en el año 2014. (N.d.T.)

Mucha gente cree que la Ley del Perdón y la Ley de la Misericordia son, en realidad, lo mismo; sin embargo, son conceptos bastante diferentes. El perdón se volverá algo automático en ti, especialmente una vez que hayas alcanzado la unidad con Dios. Llegará un momento en el que perdonarás automáticamente cualquier acción cometida en tu contra; eso es lo que sucederá en lo que respecta al perdón.

Sin embargo, no siempre mostrarás misericordia hacia la persona que te ha hecho daño, incluso cuando estés en unidad con Dios; la razón es que Dios no muestra misericordia a las personas de manera automática. Es una afirmación contundente, ¿verdad? Dios no actúa así porque la misericordia es una cualidad distinta. Muchos diccionarios equiparan la misericordia con el perdón, pero la misericordia conlleva una cualidad de indulgencia [*lenience*]. Lo que ocurre con Dios es que Él perdona automáticamente cada una de tus acciones; cualquier acto que constituya un pecado contra Sus leyes es perdonado de inmediato, en el sentido de que Dios no guarda rencor ni resentimiento hacia ti por lo que has hecho. De hecho, Dios siente una profunda compasión por ti ante todo lo que has realizado, pues sabe que, a consecuencia de tus actos, tendrás que experimentar mucho dolor. Por tanto, Dios siente una inmensa compasión por ti. No obstante, este proceso de misericordia solo tiene lugar cuando reconoces lo que has hecho, con todos sus detalles más crudos; es entonces cuando Dios muestra indulgencia, y aquí es donde entra en juego la gracia. La gracia es, pues, un proceso que Dios lleva a cabo con nosotros: cuando entramos en un estado de arrepentimiento —un profundo pesar sincero por nuestras acciones—, Dios puede intervenir y eliminar la razón de por qué actuamos de esa manera.

Es un proceso propio del Amor de Dios.

Ahora bien, examinemos nuestras relaciones con los demás y observemos cómo interactúan estas cualidades en ellas. Supongamos que tu pareja te es infiel; te aseguro que, si deseas crecer espiritualmente a partir de este suceso, necesitarás llegar a un punto de perdón. Esto implica experimentar todas tus propias emociones respecto a lo que esa situación ha provocado en ti —sentimientos de rechazo, de rechazo sexual y otros similares— hasta llegar a un punto en el que vuelves a sentir amor por tu pareja. Puede que no sea el mismo tipo de amor erótico, pero aun así sentirás amor por ella. Es posible que no retomes la relación a menos que la otra persona demuestre arrepentimiento por sus actos. La razón por la que conviene esperar a que haya arrepentimiento es que, si no existe un pesar profundo y sincero por lo ocurrido, es muy probable que la persona vuelva a actuar de la misma manera; esto se debe a que no ha abordado la emoción subyacente que la llevó a comportarse así en primer lugar.

Así pues, el acto de perdonar es algo que haces por ti mismo. El acto de misericordia es algo que realizas en favor de la otra persona. El perdón consiste en liberar todas las emociones relacionadas con un suceso en el que intervino el otro; la misericordia, en cambio, implica hacer algo concreto por esa persona. Ahora bien, si infringes la ley de la misericordia, experimentarás un gran dolor. Por ejemplo, imagina a una mujer a la que su marido ha sido infiel: ella decide aceptarlo de vuelta, a pesar de que él no ha mostrado arrepentimiento alguno; simplemente, ella opta por perdonarlo y retomar la relación. ¿Qué es lo más probable que ocurra? Que la situación se repita. ¿Y qué tendrá que volver a afrontar ella? Tendrá que perdonar de nuevo, atravesar otra vez sus sentimientos al respecto, y es posible que él vuelva a actuar igual.

Ciertamente, alguien que ha perdonado de verdad podría aceptar que esto suceda una y otra vez; sin embargo, llega un punto en el que entra en juego la ley del amor por uno mismo: en algún momento, debo amarme a mí mismo dentro de esta relación. ¿Realmente deseo estar con alguien que busca relaciones con otras personas? ¿Qué clase de relación quiero? Tendré que reflexionar sobre estas cuestiones. Si la otra persona muestra arrepentimiento, puedo ofrecerle misericordia fácilmente, sin pedirle que pase por todo el proceso implicado por la ley de la compensación. A menudo, en situaciones así, ocurre lo siguiente: el marido engaña a la esposa, ella se enfurece y, para intentar equilibrar la balanza, decide serle infiel a su vez. “Ahora estamos iguales; ahora hay justicia”. Muchas personas piensan así: “No entenderás lo que me has hecho hasta que te lo devuelva; solo entonces

comprenderás el daño que me causaste”. Pero en realidad esto solo perjudica a ambos. Por lo tanto, mi sugerencia es que debemos perdonar siempre; sin embargo, la misericordia se manifiesta cuando la persona realmente empieza a ver —o desea ver— lo que ha hecho. ¿Entiendes la diferencia entre ambas cualidades?

María: Solo quiero señalar por qué esto constituye un acto de amor. La razón por la que Dios no es indulgente con nosotros cuando no estamos arrepentidos es porque Él/Ella desea que experimentemos todas nuestras emociones causales. Dios quiere que crezcamos espiritualmente hacia Ella. De hecho, si mostramos misericordia en un momento inapropiado —si lo analizamos con la misma óptica con la que miramos nuestra relación con Dios—, en realidad estamos ayudando a esa persona a evitar su propia emoción causal. Es un acto de amor mucho mayor mostrar misericordia únicamente cuando alguien está arrepentido.

La mayoría de nosotros intentamos ofrecer misericordia antes de que la persona se haya arrepentido, y lo hacemos por nuestras propias razones emocionales; a menudo, porque no soportamos la idea de vivir sin ella —en el ejemplo que he planteado—, o no somos capaces de actuar con veracidad ante una situación determinada. Al hacerlo, lo que realmente ocurre es que facilitamos —y en realidad reforzamos— su comportamiento carente de amor, del cual nos volvemos cómplices; esto conlleva implicaciones relacionadas con la Ley de Compensación. Es algo que debemos tener presente.

8.1. Entrar en un estado de arrepentimiento

Participante mujer: ¿Cómo podemos entrar en un estado de arrepentimiento?

El estado de arrepentimiento consiste en experimentar una emoción abrumadora de profundo pesar por las acciones que hemos llevado a cabo —o por una acción específica en particular—. Esto implica comprender el impacto que nuestros actos han tenido en todas las personas involucradas; un proceso que llevamos ante Dios, para sentirlo con Dios. Asimismo, si se trata de una relación con otra persona, es posible experimentar eso mismo con ella.

Por ejemplo, si yo fuera el hombre de esa relación que engañó a su esposa —si hubiera engañado a María—, tendría que hacer una serie de cosas. En primer lugar, tendría que conectar con mis emociones respecto a los sentimientos que he provocado en María como consecuencia de esa acción; toda la desconfianza con la que ella tiene que lidiar ahora, y cualquier otro sentimiento al que deba enfrentarse: necesito sentir todo eso. También tendría que centrarme en explorar la causa profunda que me llevó a actuar como lo hice, y procesar todo ello a nivel emocional. Puedo hacer todo esto con Dios; puedo hablar con Dios sobre todas estas cuestiones, pero debo hacerlo emocionalmente. Una vez que lo haya procesado emocionalmente, cambiaré. Ya no albergaré en mi interior las mismas razones que me llevaron a actuar así con María; entonces se podrá decir que estoy verdaderamente arrepentido, pues he trabajado en todos esos asuntos.

Puedes animar a alguien a arrepentirse, pero nunca puedes arrepentirte en su lugar; por eso, se trata de un proceso profundamente individual entre tú y Dios. Dios puede impulsarte a arrepentirte por las acciones que has cometido, pero Él no puede arrepentirse por ti; es algo que solo tú puedes hacer, nadie más puede hacerlo en tu lugar. Solo tú puedes llevarlo a cabo. Por ejemplo, si yo fuera el hombre que engañó a su esposa, tendría que experimentar internamente esos sentimientos. Puedo vivirlos con Dios, pero ¿acaso eso repara mi relación con María? No necesariamente. Para que María pueda mostrarme algo de misericordia, ella necesitaría percibir mi arrepentimiento; aunque yo desee intensamente estar con ella, es posible que ella no quiera estar conmigo hasta que yo le haya demostrado que he abordado las causas de mi comportamiento y que he tomado las medidas necesarias para asegurar que algo así no vuelva a ocurrir.

Participante: Entonces, si no conozco la razón, ¿solo tengo que orar?

Debes orar precisamente para comprender esa razón. Si sientes que has realizado acciones que han dañado a otros, pero aún no has experimentado la respuesta emocional correspondiente, ora para alcanzar un estado de arrepentimiento. Créeme, es un camino mucho más rápido que tener que afrontar la Ley de Compensación respecto a ese asunto. Es mucho mejor entrar en un estado de arrepentimiento, aunque es una de las tareas más difíciles, ya que muy pocos estamos dispuestos a reconocer realmente el daño que hemos causado a los demás. Nos resulta fácil identificar el daño que otros nos han infligido, e incluso a veces nos resulta sencillo ver cómo nos dañamos a nosotros mismos; sin embargo, cuando se trata de reconocer el daño que hemos provocado a otras personas, solemos presentar la mayor resistencia. Por lo tanto, permítete sentir lo que esas situaciones te provocan. Y, de hecho, ese conjunto de emociones —que conforman el grupo de emociones asociadas a la Ley de Compensación— son las más poderosas que puedes liberar; a fin de cuentas, son las que realmente pueden sanarte profundamente y, al mismo tiempo, acercarte mucho más a Dios en el proceso.

8.2. La Ley del Arrepentimiento y la Ley de Compensación

Participante mujer: Entonces, AJ, ¿podría decirse que, de alguna manera, resulta casi más sencillo optar por la vía de la compensación?

La Ley de Compensación entra en funcionamiento en el mismo instante en que cometes un pecado, sea cual sea. Recuerda que ayer hablé sobre lo que es el pecado en la charla titulada “Las leyes de Dios: una introducción”. El pecado consiste en no darle al blanco del amor [*fallar a la hora de dar en el blanco, de acertar en cuanto a lo que es amor, lo que es amoroso, lo que es la verdad sobre el amor*]. Por tanto, en el momento en que te apartas de ese objetivo, la Ley de Compensación comienza a aplicarse de inmediato; desde ese instante, ya estás experimentándola. Es posible que vivas bajo los efectos de esta ley en relación con un asunto concreto durante cien años antes de que este sea realmente perdonado. El perdón llega cuando has olvidado el suceso; cuando ya no queda en tu interior ninguna emoción vinculada a lo que ocurrió. Puedes recordar el hecho en tu mente, pero tu alma ya no alberga ninguna emoción al respecto. Es decir, aunque el recuerdo del suceso permanece en tu alma, este ya no conlleva ninguna carga emocional. Cuando alcanzas ese punto, has sido perdonado. Hasta entonces, tu *conciencia* te molestará, experimentarás agitación cada vez que el tema surja o alguien te lo recuerde; al principio, es probable que te pongas a la defensiva, pero con el tiempo irás procesando diversas emociones hasta llegar a un punto en el que te darás cuenta: “Puedo pensar en aquel suceso con todo detalle sin sentir nada que me resulte dañino; ahora solo siento alegría y compasión por mí mismo”. Curiosamente, al llegar a ese estado, también has alcanzado el perdón. Así es como funciona la Ley de Compensación.

En cuanto a la Ley del Arrepentimiento, lo que ocurre es que puedes sentir un profundo pesar y remordimiento; y al dirigir estos sentimientos hacia Dios, Él puede eliminar la causa misma que dio lugar a que aquel suceso ocurriera en tu vida. E inmediatamente después, o por lo general unos días más tarde —ya que, habitualmente, uno ha estado llorando durante los días previos—, llega un momento en el que te das cuenta de que la emoción y la causa que te llevaron a actuar de esa manera han desaparecido. También comprendes que ahora puedes pensar en lo sucedido sin sentir culpa, vergüenza ni ninguna otra emoción de ese tipo. Esto puede ocurrir en un periodo de tiempo muy breve. En cambio, la Ley de Compensación respecto a estos sucesos suele manifestarse a lo largo de un periodo mucho más extenso.

Por lo tanto, una forma de comprobarlo es reflexionar sobre todas aquellas cosas de tu vida que te causan vergüenza: ¿qué sientes al pensar en ellas? Si experimentas alguna emoción, es porque aún no has sido perdonado o porque todavía no te has arrepentido; una de las dos cosas, ya que, recuerda, uno

de estos dos procesos han de tener lugar antes de alcanzar el perdón pleno. El proceso de arrepentimiento pertenece a la Ley del Amor Divino, mientras que el proceso de la Ley de Compensación forma parte de la Ley del Amor Natural. Hablaremos mucho más sobre ambos procesos más adelante, pues son fundamentales para tu propio progreso espiritual.

9. Las leyes del Amor Natural

Bien, nos quedan algunas leyes más por analizar. El siguiente grupo no constituye una única ley, sino una combinación de leyes del Amor Natural que muestran cómo amarse a uno mismo y a los demás. Entonces, ¿cuáles son algunas de las leyes básicas del amor en las que nos centraremos aquí?

9.1. El amor es un regalo y no conlleva expectativas ni exigencias hacia los demás

El amor no puede exigirse sin dejar de ser amor. Por lo tanto, cada vez que exiges que otra persona te ame —cuando le dices: “No me estás demostrando amor, así que ahora te voy a rechazar porque no me amas”—, o cualquier otra cosa por el estilo, estás exigiendo amor; y, en ese preciso instante, tú mismo estás dejando de actuar con amor. Esto se debe a que todas estas leyes se fundamentan en un hecho: el amor es un regalo. Así pues, cualquier amor que sientas por otra persona es un regalo para ella. De hecho, el mayor regalo que puedes ofrecer es tu amor hacia alguien. Y, a su vez, cuando otra persona te ama, ese es el regalo más grande que pudieras recibir de su parte; es más importante que cualquier otra cosa que puedas obtener de ella. Y, por supuesto, el mayor regalo en el universo es el amor de Dios hacia ti.

¿Puedes ver la relación entre estos regalos que podemos ofrecer? De hecho, Dios mismo no te exige su amor, porque respeta el hecho de que tu amor es un regalo personal tuyo. Dios no espera que lo ames; más bien, desea tu amor con todo Su corazón, y tú puedes elegir, mediante tu libre albedrío, ofrecérselo. Pero no estás obligado a hacerlo, ni tampoco tienes la obligación de amar a nadie más. En realidad, no tienes por qué amar a nadie. Eso sí, si no lo haces, serás bastante infeliz —pues eso forma parte de transgredir la ley del amor—; pero, aun así, no tienes la obligación de amar a nadie.

Ahora bien, al reflexionar sobre estos principios, ¿puedes identificar situaciones en tu propia vida en las que exiges amor a los demás? ¿Qué es lo que ocurre en esos momentos? ¿Te das cuenta de que el simple hecho de esperar que alguien te ame constituye, en sí mismo, una falta de amor hacia esa persona? Y, sin embargo, ¿cuántas veces nos sentimos molestos pensando: “Esperaba que me amaras”? A menudo tenemos toda clase de expectativas en torno al amor, pero el amor no espera nada de otra persona. El amor es un regalo; por lo tanto, no es algo que se pueda exigir o esperar. De hecho, si creemos que se puede esperar, tenemos una visión totalmente distorsionada del amor, porque el amor es un regalo que surge del corazón y se entrega por propia voluntad.

Ahora bien, cuando observas esa cualidad con amor y la aplicas a todas tus relaciones, ¿puedes ver cómo esto puede transformar muchas de ellas de manera automática? A menudo, hacemos algo por otra persona con la intención de recibir amor a cambio. Y eso, en sí mismo, constituye una expectativa impuesta sobre la otra persona. Ciertamente, no la estamos amando como un regalo que ofrecemos desinteresadamente; más bien, exigimos algo a cambio antes de estar dispuestos a darle nuestro amor. Al actuar con esta expectativa, generamos una gran cantidad de ira. Imagina que aborδας cualquier situación con expectativas: ¿qué sucede cuando estas no se cumplen? Como mínimo, sentiremos decepción; y si esa decepción escala, puede convertirse en molestia, frustración, enojo o incluso furia. ¿Te das cuenta de lo rápido que se puede pasar de un estado a otro? Esto ocurre porque, a menudo, albergamos expectativas muy profundas.

Por ejemplo, esperar que alguien trate bien mi casa cuando viene de visita es, en realidad, una expectativa carente de amor. Es cierto que, si esa persona me quiere, tratará bien mi hogar; pero el hecho de que yo *espere* que lo haga es, en sí, una expectativa que no nace del amor. Pensemos en otro

caso: sales de un centro comercial, llegas a tu coche, y descubres un largo rasguño en un lateral. ¿Qué sentimos? Ira, especialmente si se trata de un vehículo nuevo. Tenemos la expectativa de que los demás traten nuestras pertenencias con amor. Necesitamos liberar esa expectativa de nuestra alma; es un excelente ejercicio dentro de la Ley de Atracción.

Lo ideal es ser capaz de salir, ver el rasguño en el coche y que esto no te afecte en absoluto. De hecho, si lográramos alcanzar ese estado, es muy probable que, debido a la Ley de Atracción, el rasguño ni siquiera llegue a producirse. No obstante, aun cuando estemos en unidad con Dios, puede que el coche sufra un rasguño; pero, en realidad, lo importante es nuestra respuesta emocional ante ello. Nuestra respuesta emocional —si estamos en esa unidad— es que no sentiremos absolutamente nada negativo a causa de tal suceso. Ahora bien, si experimento alguna reacción ante el hecho, eso me brinda una excelente oportunidad para profundizar en dicha emoción. Esto forma parte de la ley del amor; la ley del amor no exige que los demás me traten bien. Irónicamente, cuando alcanzo ese estado, todo el mundo me trata bien; porque, ¿te das cuenta?, la mayor parte del tiempo, antes de llegar a ese punto, nuestras reacciones se veían desencadenadas precisamente por nuestras expectativas.

9.1.1. La diferencia entre deseo y expectativa

Participante: ¿Cuál es la diferencia entre deseo y expectativa?

El deseo es un sentimiento apasionado que surge en tu interior con el propósito de crear; una expectativa, en cambio, consiste en esperar que otra persona —o el universo— te proporcione algo. El deseo tiene que ver con que eres tú mismo quien crea algo para ti mismo; la expectativa tiene que ver con que sean otros quienes creen algo para ti. Se trata de grupos de emociones muy, muy distintos. Así pues, cuando me sitúo en el deseo, entro en un estado creativo; me maravillo ante mi propia creación. Observo esa creación —ese rasguño en el coche— y digo: “¡Vaya, qué creador tan maravilloso soy!”. Simplemente conecto con esa emoción. Y, una vez que la libero desde su causa, es evidente que crearé cosas diferentes. La ley del deseo crea. La expectativa no crea nada; simplemente espera que sean otros los que crean algo para ti.

Si observas el mundo actual, ¿cuántas personas esperan que los demás creen algo para ellas? Es una actitud que carece, por completo, de amor. Por lo tanto, permítete sentir cuándo estás haciendo eso en tu interior. ¿En qué momentos actúo así, esperando algo de los demás? Permítete realmente conectar con la emoción subyacente en tu interior que, en realidad, te lleva a creer que tienes derecho a esperar algo de otra persona.

Hace un par de años comencé a trabajar en estos grupos de emociones relacionados con las expectativas. Poco después de conocer a María, me di cuenta de que albergaba muchísimas expectativas de que los demás me amaran. Un día me senté y lloré durante dos días seguidos por este motivo; comprendí que, en realidad, debía llegar a un punto en el que no esperara que nadie me amara, y que eso no tenía por qué ser algo triste. Para la mayoría de nosotros, si reflexionamos sobre ello, parece un escenario muy desolador —y, de hecho, cuando lo pensé por primera vez, me resultó sumamente triste—. Lo que debemos hacer es llegar a un estado en el que no sintamos la necesidad de que nadie nos ame; salvo en el caso de Dios, por supuesto, aunque ni siquiera en ese caso se trataría de una “expectativa”; sería, más bien, un regalo que Dios nos ha otorgado; y no porque nosotros lo esperáramos, sino porque Dios ya nos amaba incluso antes de que fuéramos conscientes de ello.

La verdad es que podemos llegar a tratar esto a nivel emocional: alcanzar un punto en el que no esperemos que nadie nos ame, sin importar lo que hagamos, lo que les demos, cómo les ayudemos o lo que hagamos por ellos. Esto se aplica a todos: nuestra pareja, nuestros hijos, nuestros padres o nuestros hermanos. No esperamos nada de ellos; ciertamente, no esperamos que nos amen. Cuando reflexioné sobre esto por primera vez, pensé: “¡Dios mío, cuánto trabajo tengo por delante!”. Me sentí abrumado al considerar la magnitud de la tarea; me di cuenta de la enorme labor que debía realizar respecto a mis

expectativas y de lo desamoroso que resulta mantenerlas. Incluso esperar que alguien me escuche, que alguien me comprenda, que los demás quieran estar conmigo, o que alguien me haga un regalo de Navidad o de cumpleaños... todas esas expectativas carecen de amor. Llegar a este punto resulta sumamente interesante, porque cuando no esperas nada de nadie, absolutamente todo lo que recibes se convierte en un regalo. Alcanzar ese estado emocional es algo maravilloso. Aún no me encuentro ahí, pero conservo el recuerdo de haber estado en ese lugar, y es un estado extraordinario.

Entonces, permítete abordar todas tus expectativas, ya que tanto tus expectativas como tus exigencias carecen de amor. Fíjate que, incluso en una relación, a menudo nos preguntamos: “¿Qué pueden hacer por mí? ¿Qué están haciendo por mí? No me tratas con amor, no te importo; no has hecho esto por mí, ni has hecho aquello otro...”. Rara vez nos planteamos: “¿Por qué espero que hagan eso por mí?”. La mayoría de nosotros lo justificamos diciendo: “Pero ¿acaso el amor no es así? Si me amaran, lo harían por mí”. Es cierto; si te amaran, tal vez lo harían. Pero el hecho es que, al albergar esa expectativa, en realidad estás actuando sin amor, y hay una emoción en tu interior que debes atravesar.

9.2. Cualquier dolor que experimentemos es consecuencia de una falta de amor en nuestro interior

Quiero profundizar en las leyes del amor durante los próximos meses, ya que me resultan fascinantes, especialmente en lo que respecta a las relaciones interpersonales. Cuando uno practica el amor de verdad, no hay dolor en ninguna relación. Por consiguiente, siempre que sientas dolor en una relación, es porque hay un asunto relacionado con el amor en tu interior que aún no ha sido resuelto. Este es uno de los aspectos fundamentales que estoy aprendiendo, o volviendo a aprender, en este proceso; y es que, partiendo ahora de una condición de pecado, ahora creo en muchas cosas en las que nunca creí en el primer siglo —pero que ahora sí creo, debido a la condición de pecado—. Y a través de este proceso, empiezo a darme cuenta de algo que ya comprendí y recordé justo al comienzo del proceso anterior. Y es que, al final, casi todo lo que puedo aprender es una lección de amor hacia mí mismo; una lección de amor que necesito aprender en mi interior. Cualquier herida o daño que esté experimentando es algo dentro de mí que no está bien, que no es correcto; ya sea un dolor, un sufrimiento o una dolencia física: se trata de algo, dentro de mí, que no está en armonía con el amor. Y necesito permitirme sentirlo y, una vez que lo sienta y lo libere, entraré en armonía con el amor; entonces, ese dolor —ya sea emocional o físico— desaparecerá. Esto tiene un impacto enorme en nuestra vida.

10. La Ley de la Verdad Divina

No he hablado mucho sobre las leyes del amor natural, pero os sugiero que leáis un poco más al respecto en el esquema del seminario, ya que también quiero abordar la Ley de la Verdad. La Ley de la Verdad —y, en particular, la Ley de la Verdad Divina— consiste, básicamente, en vivir siempre en armonía con la Verdad Divina, tal como la experimentamos a nivel emocional. De hecho, considero que las leyes de la verdad son, quizás, las leyes del amor más poderosas del universo, pues la verdad te conduce al amor. Es la verdad la que nos hace libres, ya que es la verdad la que nos guía hacia un amor perfeccionado; sin ella, es imposible alcanzarlo. La verdad es un componente esencial de aquello en lo que te convertirás. Llegará un punto en tu propia evolución en el que la verdad será tan fundamental para ti que no podrás vivir sin ella, ni al margen de ella.

Imagina esto aplicado a tus relaciones. Significa que cada emoción que experimentas se verá reflejada en todas tus relaciones. Supongamos, por ejemplo, que estás pasando un tiempo con tus padres y percibes una actitud condescendiente por parte de tu padre. Podrías decirle: “Papá, siento que me estás tratando con condescendencia, y eso me hace sentir...”, y, acto seguido, te pones a llorar frente a él. Eso sería vivir en un estado de verdad con tu padre. Tal actitud posee un poder inmenso —un

poder que apenas puedes imaginar—, ya que su corazón se verá inevitablemente atraído hacia esa experiencia.

El corazón de cada persona, en mayor o menor medida, mantiene una conexión con la verdad. A veces es un vínculo minúsculo; otras, es una conexión bastante profunda. Fíjate en los niños: la mayoría posee esta conexión con la verdad, pero, a una edad muy temprana, se la arrebatamos a base de presiones, pues los niños nos temen mucho, como adultos que somos; y, así, aprenden que mentir de vez en cuando les ayuda a evitar el dolor. Pero si pudieras eliminar el dolor de cada experiencia con la verdad que hayas tenido, ¿crees que elegirías la verdad o la mentira? ¿Qué es lo que tú quieres? ¿Cuáles han sido los momentos en los que más te han herido? ¿No es acaso cuando alguien te ha mentido? ¿O cuando te has dado cuenta de que te habían mentido? A menudo, esas son las experiencias más dolorosas que uno puede vivir. La verdad es lo que te libera, mientras que las mentiras te mantienen atrapado en un estado terrible de estancamiento. Las mentiras son devastadoras para el alma. Cuando la verdad te alcanza, cuando la escuchas, ¿cómo te sientes por dentro? Te sientes lleno de vitalidad, animado y elevado; ¿no es así como te sientes cuando percibes que esa verdad resuena en tu interior? Por lo tanto, si eres totalmente sincero en todas tus interacciones con quienes te rodean, ¿qué sucederá? ¿No los elevará a ellos también? Conectará con su alma.

Ahora bien, si estás ocultando la Verdad Divina a alguien debido a una razón emocional interna, ¿te das cuenta de que, al hacerlo, probablemente estés infringiendo una ley? Estás impidiendo que la otra persona experimente la dicha, basándote en una decisión propia —quizás pensando: “Nunca querrán escuchar eso” o “no creo que estén preparados”—. ¿Quién te ha dado el derecho de decidir si están preparados o no?

La verdad es algo hermoso. Es algo que todo el mundo necesita conocer, independientemente de si desean escucharla o no. Aprovecha cada oportunidad que tengas para decir la verdad a los demás; al hacerlo, les estás demostrando amor. Aprovecha también cada oportunidad para sentir la verdad de tus propias emociones; al hacerlo, te demuestras amor a ti mismo y, al mismo tiempo, demuestras amor hacia las personas con las que te relacionas. Cuando evitas la verdad a nivel emocional dentro de ti, estás evitando relacionarte de manera sincera con todas las personas que te rodean. Así que permítete ver el poder de la verdad en tu vida.

Es una lección fundamental en el Camino del Amor Divino: comprender y sentir la verdad en lo más profundo de tu ser. Es una lección ante la cual la mayoría de nosotros sentimos una gran resistencia, debido a que nos encontramos inmersos en diversos niveles de miedo; un miedo que nos domina y nos impide, en la práctica, actuar conforme a la verdad. Yo mismo sigo sintiendo temor ante todo tipo de cosas, y estoy trabajando en superar estos miedos, ya que, a fin de cuentas, son ellos los que me impiden vivir en la verdad.

Precisamente esta semana, María y yo hemos estado abordando el tema de mi posible muerte. En el siglo I, perdí la vida por decir la verdad. Siento que, probablemente, esta vez no ocurrirá lo mismo, pero no lo sé con certeza. A lo largo de mi vida he tenido que lidiar con una gran cantidad de emociones relacionadas con este asunto. No obstante, si sientes que decir la verdad podría acarrear consecuencias negativas, experimenta esa emoción y trabaja en ella; porque la verdad, en sí misma, posee un inmenso poder para crear cosas maravillosas a tu alrededor. Sin ella, el mundo no cambiará. Nada en la Tierra cambiará sin la verdad. Absolutamente nada.

11. Palabras de cierre

Lo que espero que comprendas a partir de estas leyes —incluidas las leyes del amor y la Ley de la Verdad— es que contienen muchísimas lecciones poderosas, las cuales puedes aprender a través de tus reacciones e interacciones con los demás. En lugar de limitarte a asistir a estos grupos para recibir ánimo, permítete reflexionar sobre tu propia vida y sobre cómo puedes poner en práctica estas leyes; date la oportunidad de experimentar sus beneficios. Nada de lo que se diga en estas sesiones te servirá

de provecho a menos que empieces a sentirlo realmente y a llevarlo a la práctica en tu propia vida. Si no tienes intención de ponerlo en práctica, es mejor que ni siquiera vengas; porque, al final, ¿sabes qué sucederá? Es algo que ocurre constantemente con todo el mundo: cuanto más escuchas la verdad, mayor será la discrepancia entre esa verdad que oyes y lo que realmente estás poniendo en práctica. Y, cuanto más ocurra esto, más dolor sentirás. Por lo tanto, si no vas a poner la verdad en práctica, es preferible que dejes de escucharla ahora mismo. Si escuchas la verdad, lo mejor que puedes hacer —por el bien de tu propia alma y de tu propia salud mental— es poner en práctica lo que has aprendido durante las próximas semanas.

He visto a muchas personas llegar a un punto en el que, tras escuchar una y otra vez la verdad, terminan experimentando un dolor inmenso ante cada nueva verdad que conocen. Esto sucede debido a la discrepancia entre el estado de su alma y la verdad que están escuchando. No hagas eso; no pospongas la liberación de tus emociones ni evites que estas afloren. Cuanto más escuches la verdad sin hacer nada al respecto, más daño sentirás en tu interior; créelo o no, existe una ley que gobierna precisamente esto: hay una ley que actúa cuando no pones en práctica la verdad que has aprendido, y si no lo haces, surgirá dolor en tu alma. A menudo nos centramos en evitar el dolor; pero, al hacerlo, dejamos de prestar atención al placer que podemos experimentar viviendo en armonía con lo que hemos aprendido. Se puede obtener muchísimo placer de ello. Hay tanta alegría y tanto poder en este camino que el miedo al dolor deja de ser una preocupación; el dolor, en realidad, no es nada. Superemos eso y centrémonos en los sentimientos de verdad y amor que somos plenamente capaces de manifestar. Al hacerlo, nos acercamos cada vez más a Dios, y no solo a nivel intelectual. Por ahora, muchos de nosotros todavía comprendemos las cosas desde una perspectiva puramente intelectual; aunque muchos de vosotros os sentís profundamente atraídos por la verdad, mi sugerencia es que permitáis que esa verdad influya en vuestra vida. Desarrolla tu relación con Dios y con los demás a partir de estas verdades y observa qué sucede; actúa como científico ante la verdad: experimenta con ella y comprueba si funciona. Es lo mejor que puedes hacer. Permítete intentarlo.

Queremos agradecerlos por habernos escuchado una vez más este fin de semana. Hemos disfrutado mucho de vuestra compañía. María y yo estamos atravesando emociones bastante complejas en este momento, por lo que, para nosotros, ha sido un fin de semana algo intenso. Por ello, os pedimos disculpas si no hemos estado tan presentes como solemos estarlo.

Gracias por vuestro tiempo. (Aplausos)