

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

[Está traducido mediante “deep!” y “google”, y contrastando con el vídeo/transcripción en inglés. (Subido el día 27 oct. 2026.) Para más información ver enlaces abajo.]

1 agosto 2009 - Taller con Jesús y María

Leyes de Dios

Leyes que gobiernan el amor por uno mismo (v2)

Más información: unplandivino.net

01 Aug 09. Seminar With Jesus & Mary:

God's Laws

Laws Governing Love Of Self

divinetruth.com

Transcripción: <https://divinetruth.com/docs/2009/20090801-1300-1300-jesus-dt-prs-gdlaws-Laws%20Governing%20Love%20of%20Self-en-transcript.pdf>

En youtube: <http://youtu.be/HW1VbdWacWs> || <http://youtu.be/SRVlgZq3huo>

Leyes que gobiernan el amor por uno mismo. Parte 1

1. Introducción¹

La charla de hoy forma parte de la serie de charlas sobre las Leyes de Dios, y se llama *Leyes que rigen el amor por uno mismo*. El fin de semana pasado introduce el tema de las Leyes de Dios en la charla “Las Leyes de Dios - Una Introducción”, y fue algo así como una discusión científica de esas leyes, más que lo que podríamos clasificar como una religiosa. Por ejemplo, describí cómo la Ley de la Gravedad y la Ley de la Aerodinámica son leyes físicas, y luego pasamos por algunas de las leyes morales, y luego por algunas de las espirituales, y demás —y que todas ellas se unen para gobernar realmente tu alma—.

Ahora bien, recuerda que en esa introducción cubrimos cómo operan estas leyes que gobiernan lo que le sucede a tu alma; y luego, al día siguiente, hablamos de las “Leyes que gobiernan tu amor por los demás”, en otras palabras, cómo amas a otras personas. Entonces, para aquellos que estuvieron presentes, aprendimos muchas cosas —¿no?—, sobre cómo se expresa realmente el amor. Y os daréis cuenta de que en esa conversación muchos de nosotros probablemente nos sentimos bastante sorprendidos sobre algunos de los temas que cubrimos. Me parece que la mayoría, cuando se fue, sentía: “Vaya, hay mucho aquí, en esto de amar a alguien”; hay muchas partes diferentes en el amor; no es solo el sentimiento que decimos que tenemos, sino que en realidad hay muchas partes en este sentimiento de amor. El amor tiene muchos atributos y cualidades de los cuales la mayoría de nosotros a menudo no somos conscientes; y a menudo tampoco somos conscientes durante muchos años después de pasar al mundo espiritual. Así que cubrimos esas leyes que cubren la relación con los demás.

La sesión de hoy trata de cubrir las Leyes del Amor en cuanto a cómo impacta en nuestro propio tratamiento de nosotros mismos. Ahora bien, uno de los mayores problemas que tenemos hoy en el universo es que en realidad no sabemos cómo amarnos a nosotros mismos. Y en consecuencia, sucede muchas veces que, como no sabemos amarnos a nosotros mismos, terminamos entrando en esta situación en la que nos tratamos bastante mal en nuestras interacciones con otras personas, pero ni siquiera lo nos damos cuenta. Y entonces, como nos tratamos a nosotros mismos bastante mal en nuestras interacciones, se quebrantan leyes a nivel del alma, lo que entonces significa que experimentaremos dolor. Así pues, la mayoría de nosotros acabamos sintiendo que amor es igual a dolor.

Ahora bien, piensa en eso en tu propia vida: ¿cuántas veces has pensado que estás enamorado y sin embargo tienes esta terrible sensación de dolor que tal vez sentiste por la ruptura de una relación? Bueno, el amor en su estado más puro no siente ese dolor; entonces, si estoy sintiendo algo de dolor, eso significa que estoy quebrantando algún tipo de Ley del Amor; y hay una razón emocional dentro de mí que me hace sentir el dolor. Ahora bien, cuando llegas a una condición de unidad con Dios, todo el dolor acerca del amor desaparece; así pues, eso significa que cualquier relación que tengas en el futuro, no importa con quién —familia, padres, hijos, esposo o esposa, pareja, o una relación de negocios o de trabajo—, ninguno de todos estos diferentes tipos de relaciones que puedas experimentar te causará dolor. Pero la base de eso tiene que ver con la

¹ El texto comienza en el minuto 2:25 del primer vídeo. (N.d.T)

manera en que muestras el amor hacia ti mismo, así como hacia los demás.

Pues bien, la razón por la que hemos cubierto primero el tema del amor a los demás es que la mayoría de las veces la mayoría de la gente tiene poco problema a la hora de reconocer nuestro trato a los demás, y a menudo tenemos mucha dificultad con nuestro trato a nosotros mismos. A menudo, lo que sucede con nuestro trato a nosotros mismos, es que lo hacemos en una actitud donde sentimos que somos mejores o “superiores” que los demás, o más importantes, lo cual en realidad es una forma desamorosa de tratarse a sí mismo y a los demás; o bien, creemos que somos menos e inferiores que los demás —y, entonces, tenemos muchas emociones realmente fuertes sobre ser menos que otros y ser indigno con respecto a los demás—. Ahora bien, cualquiera de esos estados —sentir que somos más que otros o que somos menos—, va a ser un espacio en el que no nos amamos a nosotros mismos ni a los demás. Y hay un principio particular que necesitamos recordar en todo momento, y es este:

1.1. Sacrificarnos no es amarnos a nosotros mismos ni amar a los demás

Sacrificarme para “amar” a otra persona (y pongo amor entre comillas porque no es amor real) no es amoroso hacia mí mismo; y, como no es amoroso hacia mí, tampoco lo es hacia la otra persona. Ahora bien, piensa en cuánto te has sacrificado en tu vida para poder amar a otro; la mayoría lo hemos hecho alguna vez; sacrificar nuestro deseo, sacrificar nuestras pasiones... Para poder complacer a otra persona no hemos tenido el trabajo que queríamos, no hemos ido a la escuela que queríamos, no hemos tenido la educación que queríamos, no hemos practicado el arte o la música que queríamos... todo eso. Y cada vez que hemos hecho eso no nos hemos amado a nosotros mismos ni a la otra persona. Y ese es un principio básico que necesitamos recordar en todo nuestro tratamiento de nosotros mismos.

Tan pronto como entras en este proceso de sacrificio, creas de inmediato dolor en tu propia vida así como también en la vida de otras personas —lo creas o no, eso hacemos—. Porque, ¿puedes ver que tan pronto como te sacrificas, la otra persona no te tiene a ti? Están recibiendo un “tú” ficticio; están recibiendo un tú que ha sido modificado para adaptarse a ellos. Ahora bien, a algunas personas les gustará eso si no se quieren a sí mismas o a ti; sin embargo, otras personas —si realmente quieren una relación cercana y veraz contigo— se entristecerán profundamente por eso. Ahora bien, la clase de persona con la que, al final, vas a querer tener una relación, es del tipo de las que quiere conocer tu verdadero yo; pero muchos de nosotros ni siquiera queremos conocer nuestro yo real; ni siquiera queremos conocerlo porque tenemos estos sentimientos de profunda vergüenza, u otros sentimientos que tenemos desde nuestra infancia sobre el verdadero yo. Y lo que acabamos haciendo es modificarnos a nosotros mismos en nuestra presentación ante los demás.

Y bien, lo que hoy queremos hacer es echar un vistazo a estas leyes, el mismo tipo de leyes de las que hablamos en la sesión sobre “Leyes que gobiernan el amor por los demás” —son las mismas leyes—. De hecho, si miras los dos esquemas de los seminarios que he preparado, verás que tienen más o menos los mismos títulos, pero esta vez los vemos desde el punto de vista de nosotros mismos.

Además, también hay muchos espíritus con nosotros aquí, y algunos de ellos están en un estado en el que se sienten realmente bastante enojados y molestos conmigo, así que tendréis que soportarlos por un rato, también. Hay otros espíritus aquí que tienen un profundo sentimiento de que es imposible amarse uno a sí mismo; y por eso están aquí también. Muchos hemos traído con nosotros a estos espíritus, y lo que me gustaría hacer es simplemente reconocer su presencia y también pedir que si es posible dejen de proyectar emociones de necesidad hacia vosotros, para que podáis sentir vuestras propias emociones sobre esta charla. Así que eso es, esperemos, lo que harán.

2. La ley del libre albedrío

Entonces, vamos a empezar. La primera ley es la Ley del Libre Albedrío². La ley del libre albedrío es que se me permite hacer lo que quiera, ya sea que lo que quiera hacer sea realmente armonioso con el amor —y sirve realmente para la edificación de otras personas—, o bien, ya sea que sea desarmónico con el amor e incluso destruya a otras personas —se me permite hacer lo que quiera—. Así que esta es una ley primaria que Dios nos dio: el don del libre albedrío que Dios dio a cada persona en el universo entero —no solo a la gente en esta tierra—.

Entonces, ¿cómo afecta esto a nuestro amor por nosotros mismos? Bueno, si estoy en un estado en el que respeto la Ley del Libre Albedrío dentro de mí, entonces cada vez que otra persona intente que yo haga lo que ella quiere hacer pero yo no quiera hacerlo, *respetaré el hecho de que no quiero*. Así que mamá llega a casa tras un duro día de trabajo, y la familia quiere que cocine una comida. Ella no quiere cocinar, pero de todos modos lo hace, pues siente que tiene que hacerlo y que es la única que sabe cocinar bien en la familia. Entonces acaba de quebrantar la Ley del Libre Albedrío hacia ella misma —solo por hacer esa única cosa—. Ahora bien, la gente justificaría eso y diría: “Ah, eso es algo amoroso”, pero recuerda que dijimos al principio que si me sacrifico para amar a otro, no me estoy amando a mí mismo ni al otro. Así que en este caso, si la mujer llega a casa y no quiere hacer la cena... y ni siquiera tiene que tener ninguna razón para ello —puede ser que esté cansada o que sienta alguna otra cosa, pero no tiene que tener ni una sola razón para hacerlo—, simplemente puede decir: “No quiero hacer la comida esta noche”. Y si todos los miembros de la familia proyectan su ira contra ella por no hacerles la cena, también están en desarmonía con la Ley del Libre Albedrío³.

Cuando recibimos la ira de otras personas, ¿normalmente qué intentamos hacer? Tratamos de apaciguarlas, intentamos hacer que se sientan mejor. Así que la ira es en realidad una forma que la gente usa para controlarnos. Si me enfado con alguien en realidad estoy queriendo controlar a esa persona; quiero que haga lo que sea que yo espero que haga. Entonces, digamos que decido que esta noche no quiero cocinar. Por supuesto, de acuerdo con las otras Leyes de Dios, eso también significaría que probablemente no quiero comer esta noche, y, si espero que alguien cocine para mí, eso también sería desamoroso, ¿no? Así pues, si yo fuera la mujer que llega a casa del trabajo diciendo: “No quiero hacer la comida esta noche”, y no la hago; y sin embargo nadie más la hace y tampoco me cocino nada para mí, y me enojo... ahora estoy en desarmonía con la Ley del Libre Albedrío. Pero si estoy sintiendo el Libre Albedrío como una ley primordial dentro del amor por mí misma, lo que eso significará entonces es que me siento autorizada a hacer lo que sea que quiera.

Ahora bien, la mayoría de las personas que te rodean no te permiten hacer lo que desees; de hecho, a la mayoría nos enseñaron a una edad muy temprana que no se nos permite hacer lo que deseamos. Y de hecho, no solo que no se nos permite: “No es práctico, no puedes vivir así, es egoísta”, y obtenemos todas esas emociones con las que se nos aporrea desde una edad muy temprana —emociones en torno a hacer realmente lo que se te permite hacer—. Pero, desde la perspectiva de Dios, Dios nunca hace eso. Dios nunca te va a castigar en el futuro por cualquier cosa que elijas hacer; nada es un castigo. Eso no significa que no haya consecuencias, pues, ciertamente, hay consecuencias cuando quebrantamos diferentes leyes, incluyendo la del Libre Albedrío. La consecuencia, si quebranto la Ley del Libre Albedrío hacia mí mismo, es que sentiré el dolor de desvalorizarme en todas mis relaciones.

2.1. Poner nuestro libre albedrío en armonía con el amor emocionalmente

Entonces, recuerda que toda esta discusión de hoy no se trata de usar tu intelecto para salir de la situación, aunque ciertamente lo puedes usar si quieres actuar con más amor hacia ti mismo. En otras palabras, cada vez que se te presente una decisión podrías decir: “Esto, ¿está en armonía con el Libre Albedrío, o bien no lo está?”. Ahora bien, cada vez que tomes una decisión, hacer eso sería bastante complejo, ¿no? Particularmente con la cantidad de decisiones que tomas en un día... tener

2 Hay un taller sobre el libre albedrío hecho en el 2012 (el libre albedrío como principio y como don o regalo). (N.d.T)

3 Más adelante, seguramente diría frases como la siguiente, para precisar lo que acabamos de ver aquí: “Están ejerciendo su libre albedrío en desarmonía con el amor y por tanto con todos los principios de Dios”. (N.d.T)

que hacer esa pregunta para cada decisión: “¿Debo ir por la calle Sandgate o debo ir...? ¿Está esto en armonía con mi libre albedrío?”. Las cosas empiezan a complicarse mucho si te empiezas a hacer estas preguntas a un nivel intelectual.

Lo que estoy diciendo es que cada cosa que haces es una elección, y tienes permiso para hacer la elección que quieras. Sin embargo, si realmente quieres lidiar con esto llevando tu alma hacia la armonía con el libre albedrío, y si estás siguiendo el camino divino, lo que harías es examinar todas las emociones que tienes dentro de ti y que te hacen no seguir tu libre albedrío. Y también mirarías todos los deseos que tienes, o las pasiones que tienes, dentro de ti, que te hacen usar tu libre albedrío de una manera que daña el libre albedrío de otra persona.

LIBRE ALBEDRÍO EMOCIONES DESEOS / PASIONES

Así pues, lo que yo haría no es empezar a mirar esto desde un punto de vista intelectual; lo que necesito hacer es permitirme estar en las emociones.

2.1.1. El ejemplo de ser controlado por otra persona

Entonces, cada vez que siento que estoy siendo controlado por otra persona, estoy en desarmonía con la Ley del Libre Albedrío. Lo diré de nuevo: Cada vez que siento que otra persona *me* controla, yo estoy en desarmonía con la Ley del Libre Albedrío. Hay una creencia emocional en mí sobre que tengo que hacer aquello que la persona está tratando de controlarme para que yo lo haga; y estoy reaccionando a esa emoción. Lo que necesito hacer, si realmente quiero estar más cerca de Dios, es liberar esa emoción.

Así que la emoción podría ser que si, no hago lo que ellos quieren que haga, no me querrán; y estoy evitando el sentimiento de no ser amado; esa podría ser la emoción. Y todo lo que necesito hacer es sentir la emoción de que “nadie me ama” y experimentar y liberar eso emocionalmente, y, de repente, ahora, automáticamente, no estoy atendiendo a una persona que está tratando de controlarme.

Ves, una persona puede tratar de controlarte, pero si eres incontrolable entonces no te afecta. Y en realidad, la ley del libre albedrío es que eres incontrolable; esa es la Ley del Libre Albedrío. La Ley del Libre Albedrío es que se me permite hacer cualquier cosa que quiera, ¿así que no te hace eso incontrolable? Totalmente. Así que se te permite ser incontrolable. Por supuesto, cada vez que eres incontrolable de una manera desamorosa, hay una consecuencia por parte de una de las Leyes de Dios, que ayudará a corregirte. Pero cada vez que eres incontrolable de manera amorosa lo que sucederá es que tendrás más alegría, más satisfacción y más cosas hermosas en tu vida. Así que esta es la razón por la que necesitamos ser incontrolables las más de las veces.

Ahora bien, ¿qué nos ha enseñado el mundo a hacer con la Ley del Libre Albedrío? El mundo nos ha enseñado que tenemos que reprimir nuestros deseos y pasiones aunque sean amorosos. Y el mundo también nos ha enseñado que, si tenemos emociones que realmente nos hacen no valorar nuestro libre albedrío, tenemos que luchar para hacernos valer, y, entonces, ¿qué terminamos haciendo en esa situación?

Lo que terminamos haciendo es que, si estamos en una situación en la que alguien está tratando de controlarnos, en vez de sentir: “Él no puede controlarme, estoy bien”, nos sentimos como: “Grrr, esta persona está tratando de controlarme”. Empezamos a enfadarnos con la persona y queremos controlarla de vuelta, y a veces incluso podemos ponernos violentos con ella, para intentar evitar que nos controle. De cualquier manera, estoy quebrantando la Ley del Libre Albedrío, primero en mi trato hacia mí, y luego hacia los demás.

2.2. El libre albedrío y la crianza de los hijos

María: Me preguntaba si podríamos hablar de una pregunta que me enviaron esta semana; era sobre una madre que quiere seguir su libre albedrío y su deseo, pero uno de sus hijos tiene su libre albedrío en oposición a su madre. Así que ella estaba muy atenta a permitir el libre albedrío de su hijo así como el suyo propio.

2.2.1. Un ejemplo de una madre y un hijo con deseos opuestos sobre el cambio de ubicación

Veamos lo que ocurre. La madre quiere, hipotéticamente, mudarse a un nuevo lugar. El hijo, que hipotéticamente es un varón, quiere quedarse donde está. Entonces, recuerda la ley de atracción, que es, en particular para los padres: el niño está reflejando mis emociones negadas. Así que lo primero es que este niño parece que trata de controlar a su madre; él quiere quedarse donde está, pero ella quiere mudarse. Entonces, ¿con cuál emoción necesita la madre tratar en primer lugar? Necesita tratar con el hecho de que los hombres, en su vida —y probablemente esté relacionado con su padre o algunos otros hombres en su vida—, le han proyectado a ella durante toda su vida que ellos son los consiguen lo que quieren, y las chicas o mujeres tienen que seguir las reglas.

Ahora bien, si la madre se ocupa de esa emoción, entonces el hijo ya no se la reflejará, debido a la ley de atracción. Recuerda que eso es lo que sucede con los niños. Ellos reflejan una emoción a los padres porque es una emoción que ellos están negando. Ahora bien, una vez que la madre se ocupa de esa emoción, hay una alta probabilidad de que el niño esté contento con la idea de mudarse, para empezar. Así que esa es una parte de la decisión.

Si miramos el tema del libre albedrío con respecto a esto, a la mamá se le permite hacer lo que quiera y al niño se le permite hacer lo que quiera; entonces, ¿qué hacemos? Parece que tenemos un conflicto con el libre albedrío. Al niño se le permite quedarse donde quiere; y a la madre se le permite mudarse a un nuevo lugar si eso es lo que quiere. ¿Qué sentimientos podría tener que atravesar la madre para permitir que realmente ocurra tal cosa? Y, por cierto, no importa la edad del niño. Aunque tenga cinco años se le permite quedarse donde quiera. Y si tiene diez, quince o veinte... no importa; el niño puede quedarse donde quiera. Recuerda que es una ley del libre albedrío, y que también hay otras leyes que se aplican al alma en el momento de su concepción o encarnación, por lo cual, se le permite hacer lo que quiera.

Así pues, mamá podría decidir hablar con el hijo sobre crear, a través de su [*del hijo*] propia Ley de Atracción, el hecho de poder quedarse donde él quiere, pues a él se le permite hacer eso. Pero si él no puede crear, a través de su propia Ley de Atracción, el modo de quedarse donde quiere, entonces él puede sentir que necesita ir con mamá, pues mamá definitivamente se va a ir. Ahora bien, para muchos padres eso constituiría un gran desafío, ¿no? Porque muchos padres dirían: “pero tienen solo seis años, u ocho, o nueve años... no puedo hacer eso”. Sí puedes. La sociedad quizás no esté de acuerdo con que lo hagas, pero aquí no estamos hablando de si está o no de acuerdo la sociedad; estamos hablando de lo que se trata en cuanto a las Leyes de Dios.

Así que las Leyes de Dios son que a este niño se le permite hacer lo que quiera; sin embargo, si él está aprendiendo las Leyes de Dios, también tendrá que entender que él va a tener que crear lo que quiere a través de su propia condición álmica. Así pues, si el niño quiere realmente quedarse, lo quiere en el nivel del alma, por sí mismo; y si el niño está en este espacio de creación —y es lo mismo con cualquier adulto—, entonces, el niño automáticamente creará amigos u otros miembros de la familia —o lo que sea— con quienes pueda quedarse, para poder permanecer en su actual ubicación. Y la madre se sentirá totalmente cómoda con eso, pues ha liberado todas sus emociones de responsabilidad, y demás, sobre las creaciones del niño.

Ahora bien, por supuesto, si la mamá libera todas esas emociones, se puede encontrar con que el niño realmente quiere mudarse con ella, de todos modos —lo cual es a menudo el caso—. O bien, puede ser que la mamá se mude y que dos semanas después el niño diga: “No, no quiero quedarme donde estoy, quiero ir con mamá”, y esa sería una decisión que el niño tomaría. Todas esas cosas son armoniosas con el amor, pero no lo es que la madre exija al niño que se vaya con ella.

Participante hombre: ¿Y si el niño quiere dinero para el autobús para volver a casa?

Bueno, eso tampoco sería armonioso con el amor —darle el dinero—, excepto quizás si te das cuenta de que el niño ha atravesado diferentes emociones sobre el tema. Entonces, digamos que mamá se muda y el niño dos semanas después dice: “Quiero ir contigo”, y luego la mamá decide ir a buscarlo y le dice: “¿Qué has aprendido de eso, hijo? ¿Qué has aprendido a través de todo este proceso?”. Y una de las cosas que podría haber aprendido es que, en realidad, si no quería irse, es solamente por la razón de que mamá sí quería irse —esa podría haber sido una de las cosas que aprendió—. También podría haber aprendido que las cosas están bastante bien en casa con mamá, en comparación con otro lugar —puede que también haya aprendido eso—. Pero no se trata de cosas con las que las madres hayan tenido que presionar al niño, para que crea en ellas.

Que le den dinero para que se quede sería una cuestión totalmente diferente. Así que digamos que quiere quedarse con alguien, y la madre dice: “Va a ser muy difícil crearlo; solo depende de si son generosos o no”. Y digamos que nadie quiere quedarse con el niño pero él espera que mamá cree esa situación por él; entonces, él ahora está en desarmonía con la Ley del Libre Albedrío. Mamá no quiere crear eso para él; mamá quiere crear la mudanza para sí misma. Y por eso mamá no tiene por qué crear eso para él. La propia Ley de Atracción del niño puede crear eso para él si él sabe cómo usarla a través de su deseo. Si es un puro deseo en él —el de quedarse donde está—, creará eso; y, entonces, mamá tendrá que permitirlo. El problema con la mayoría de la gente en la Tierra es que las madres y los padres en esta situación muy raramente lo permitirían; y verías cómo se desencadenan sus emociones en el proceso. Así que a menudo el niño aprendería la lección muy rápidamente, involucrándose en la transacción; pero a menudo nosotros, como padres, somos los que más tardamos en aprender la lección.

Participante mujer: Tengo problemas con el tema de que un niño no es maduro, y siento que no es capaz de tomar decisiones maduras. Yo me imagino a un niño que se siente muy abandonado, también, y no entiendo los aspectos prácticos y las realidades prácticas.

Bueno, recuerda que dije, en la primera discusión sobre las Leyes de Dios, que cada una de las Leyes de Dios es completamente práctica en toda situación, y que simplemente sucede que nosotros tenemos ciertas heridas emocionales que nos llevan a creer que no son prácticas. Entonces, esa es la primera cosa a recordar. Así pues, la Ley del Libre Albedrío es completamente práctica en cada situación, incluso con un niño que creemos que está tomando decisiones imprudentes. En el caso de la mayoría de nosotros que hemos sido padres, en algún momento de nuestra vida creemos que nuestro hijo estaba tomando una decisión imprudente, si no una vez, probablemente muchas veces. Y entonces, ¿qué hacemos en esas situaciones, cuando creemos que nuestro hijo no tiene la capacidad de tomar decisiones? Bueno, directamente estamos en un estado desamoroso, si creemos eso; ¿puedes ver por qué? Porque Dios le está diciendo, básicamente, a ese niño: “Se te permite tomar cualquier decisión que quieras, incluso si te daña, se te permite tomar esa decisión”. Eso es lo que Dios le está diciendo al niño; y nosotros le estamos diciendo: “Se te permite tomar cualquier decisión que quieras mientras no te haga daño”. ¿Y quién es el juez acerca de si eso te hace daño? Yo. Entonces, ¿puedes ver cómo eso no está en armonía con el amor, incluso de forma práctica? Si yo soy el juez de lo que te hace daño, estoy directamente en desarmonía con el amor hacia ti.

2.2.2. Un ejemplo de un niño que mete un objeto metálico en un enchufe

Participante mujer: Pienso en un niño de dos años que decide meter un objeto metálico en una toma de corriente. Ahora juzgo que, como padre o madre, eso es desamoroso e imprudente; y no quiero pasar por una electrocución; entonces, ¿cómo puede ser desamoroso impedir que su libre albedrío les lleve a hacer eso?

Entonces, ¿por qué un niño elige clavar un cuchillo o un tenedor en una toma de corriente?

Participante: ¿Quizás por curiosidad?... Por falta de consciencia...

¿Qué es lo que el niño desencadena en el padre o madre? ¿Cuál es la emoción? El niño está desencadenando una emoción de miedo. Por cierto, he estado exactamente en tu situación. Cuando un niño está clavando un cuchillo en la toma de corriente, ¿cuál es la emoción que sientes?

Participante: Miedo.

Miedo. ¿Alguna más?

Participante: Ansiedad.

Así que todas son emociones basadas en el terror y el miedo. Bien, entonces ¿qué es lo que el niño desencadena? Recuerda que en el pasado dije que todo lo que hace el niño es un reflejo de la emoción negada del padre o madre; así pues, ¿qué es lo primero que hay que tratar?

Participante: Bueno, mi miedo.

Exactamente, tu miedo.

Participante: Mi miedo a la pérdida.

Sí, eso es. Ese es el sentimiento, y lo sientes en ti, justo en el momento. Cuando tratas ese sentimiento, hay una alta probabilidad de que el niño no realice esa acción y, de hecho, lo único que podrías tener que decirle es: “Eso te va a hacer daño, está caliente”, o algo así; y a menudo responderá automáticamente, pues la emoción que viene de ti ya no es de miedo sino de amor.

Cuando educamos a los niños muchas veces estamos juzgando las cosas desde el error todo el tiempo. A menudo no sabemos lo que va a pasar una vez que entramos en un estado de verdad, porque estamos continuamente juzgando las cosas desde el error. Muchos asumimos que no es práctico hacerlo así, porque decimos: “estoy lleno de este miedo, y ahora están metiendo la cosa en el enchufe; esta es una situación realmente práctica, y es peligroso para ellos”. Bueno, obviamente, podrías optar por buscar esos pequeños apliques para conectarlos y tapar las tomas de corriente; o bien podrías optar por colocar los enchufes fuera del alcance de un niño de dos años... (y es interesante, por sí mismo, el hecho de que casi ninguna casa esté diseñada de esa manera, ¿por qué sería así? Bueno, obviamente hay algunas emociones, que los diseñadores tienen, sobre no preocuparse por los niños). Pero se pueden hacer todas estas cosas; aunque, a fin de cuentas, el miedo que hay en mí va a generar una situación en la que el niño confrontará ese miedo a través de una acción; y esa acción puede ser que saquen ese aplico de seguridad y metan su cuchillo; o que salgan a la calle y crucen; o cualquier tipo de cosas, que pueden suceder para desencadenar este miedo que está en mi interior.

Si trato ese miedo dentro de mí, entonces la Ley de Atracción es tal que, en primer lugar —si trato con el miedo—, hay una alta probabilidad de que el evento nunca ocurra. En segundo lugar, si el evento ocurre, no tengo miedo, de todos modos; no estoy realmente temeroso de que mi hijo muera. De hecho, sé que el niño no es mi hijo, es el hijo de Dios, y yo solo he creado los dos cuerpos para que encarne. Así que cuando yo entienda eso a nivel emocional, no tendré tanto miedo por lo que le pueda suceder, pues sé que Dios es en realidad un padre mucho mejor que yo, y puede cuidar al niño en cualquier lugar. Así pues, todo lo que temo en realidad es a mi propio miedo a sentir el sentimiento de pérdida; pero lo que tengo que hacer es sentirlo. E, irónicamente, cuando lo siento es muy probable que mi hijo ya no lo desencadene. Y esto es práctico, esto funcionará, aunque la mayoría de las veces no nos parece práctico porque estamos justo ahí, en la situación.

Y yo he estado en esa situación. Hubo una época en la infancia de mi hijo mayor, Tristán, en la que le di 21 cinturazos seguidos por meter un cuchillo en el enchufe. Entonces, ¿qué emoción había en mí? Mucho miedo, mucho miedo a morir, y a la pérdida... y todos estos otros sentimientos que desde entonces he liberado. ¿Cuánto daño le ha hecho eso? Una gran cantidad. Ahora él a menudo siente que no puede hacer lo que quiere debido a ese único acto, el de ser castigado por hacer lo que hizo. Y la única razón por la que yo hice eso fue porque yo estaba evitando mi propia

emoción; estaba evitando mi propia respuesta emocional a lo que él estaba desencadenando en mí; y él estaba siendo este perfecto pequeño reflector. Tenía dos años y medio cuando lo hizo.

2.2.3. Falsas creencias en torno a la crianza de los hijos

Así pues, cuando permites el miedo dentro de ti y conectas con ese miedo de: “tengo miedo de perder a mi hijo”, descubrirás que ahí hay muchas creencias que no son ciertas. Existe la creencia de que, en primer lugar, si mueren, están muertos. Está ese sentimiento dentro, aunque intelectualmente sepas que no es cierto. Espiritualmente... has hecho todo este trabajo espiritual donde sabes que hay vida después de la muerte, y todas estas cosas; sin embargo, cuando tu hijo se enfrenta a la muerte: “bang”, ya estoy sintiendo una emoción diferente aquí: “Vaya, esta es una mala situación” —de inmediato—. Así pues, obviamente hay una emoción dentro de mí que hace que siga creyendo en la falsedad. Entonces, en primer lugar, creo en la falsedad de que Dios no se preocupa por mi hijo. En segundo lugar, creo en la falsedad de que es mi hijo y no el de Dios. En tercer lugar, creo en la falsedad de que el niño no está a salvo —pues el alma del niño siempre está a salvo; tiene una existencia perpetua, y siempre está a salvo—. Y finalmente creo en la falsedad de que en realidad el niño no está desencadenando una emoción en mí. Sin embargo, el niño está haciendo lo que está haciendo *para* desencadenar una emoción en mí.

Entonces, ¿puedes ver que creo en muchas falsedades, ya simplemente en ese acto? Y yo he estado en la misma situación en la que tenía una larga lista de falsedades, y que he tenido que atravesar. Luego, llegué a la etapa en la que mis hijos eran adolescentes; entonces pude permitirles hacer lo que ellos quisieran —cualquier cosa—. Así que, naturalmente, no tuvimos discusiones después de que mis hijos tuvieran unos once años, pues para entonces yo ya había superado todas esas emociones de intentar controlarlos: el miedo a lo que harían, miedo a cómo me sentiría yo con lo que hicieran, miedo a que me “menosprecien” o me hundan de alguna manera, miedo a cómo soy visto como padre por otras personas, miedos a todo tipo de cosas... y que tuve que superar. Y una vez que he ido atravesando todo eso, he permitido a mis hijos el libre albedrío en todos los aspectos. Así que nunca les dije cuándo volver a casa, nunca les dije de qué chica o chico alejarse —nada de esas cosas—. Nunca les dije cómo debían conducir su coche, ni nada por el estilo, porque tienen libre albedrío. E, irónicamente, debido a esa falta de proyección por mi parte, la mayoría de las veces tomaban la decisión más sensata para ellos mismos. Ahora bien, si se hubiera dado esta proyección, proveniente de mí, la mayoría de las veces habrían hecho una elección para desencadenar mis emociones, lo cual a menudo habría resultado en una decisión nada sensata.

Así que es muy importante entender la Ley de Atracción cuando tenemos hijos. Lo que estamos viendo ahora es la Ley del Libre Albedrío, y se puede ver cómo impacta en nuestro día a día.

Participante mujer: Entonces, ¿podría hablar con el niño sobre las consecuencias? Decirle: “Si pones eso en el enchufe, va a doler mucho, mucho”, ¿y, también, al mismo tiempo, darse cuenta de que tengo un miedo que necesito procesar? ¿Pero qué pasa si el niño vuelve a hacerlo porque yo no lo he abordado completamente... aunque podría explicarles las consecuencias de una acción?

Sí, siempre. No hagas lo que yo hice, que es causarles dolor por una consecuencia potencial que puede que nunca ocurra, pues todo lo que eso consigue crear es mucho miedo dentro de ellos. Así que eso es algo muy perjudicial para el niño. Pero sin duda hay que hablarlo con el niño. Aunque recuerda que a esta edad, también, el niño solo está reflejando tus emociones negadas; e incluso aunque ahí yo simplemente entienda que es mi miedo el que está creando este problema en particular —mi miedo a la pérdida—, eso va a cambiar probablemente el evento —incluso simplemente ese hecho de que yo entre en este lugar de comprensión—. El problema en el caso de la mayoría de nosotros es que, cuando nuestro hijo está en una situación peligrosa, generalmente no nos permitimos sentir nuestro propio terror o miedo, y vamos directamente a cambiar la situación. Y así, el acontecimiento que desencadena la emoción en mí se pasa por alto y, por lo tanto, ese acontecimiento que ha desencadenado una emoción en mí va a tener que ocurrir de nuevo para que

yo realmente pueda tratar con la causa subyacente.

2.2.4. Ejemplo de una hija que rompe una ventana

Participante mujer: Mi hija estaba pateando una pelota cerca de la ventana y le dije: “No lo hagas, podrías romper la ventana”, y le expliqué muchas cosas. Entonces me dijo: “No, no pasará nada”. Y le dije: “Si rompes la ventana, tendrás que pagarla”. Ella rompió la ventana y le dije: “Tienes que pagar por ella”, y así lo hizo. Entonces pensé que la razón por la que rompió la ventana era que yo tenía miedo de pagarla, así que le dije: “Está bien, es mi Ley de Atracción, pues soy yo quien está preocupada por la ventana rota, así que pagaré por la ventana”. Pero no estoy segura de que eso sea correcto. Así que siempre estuve preguntándome si debo pedirle que pague por ella, o si yo debo pagar por ella.

Hasta el momento en que tú pagaste la ventana todo iba bien; pero cuando pagaste le quitaste a ella las consecuencias de su creación.

Participante: Bueno, por eso le pedí que la pagara, pues sabía que para ella sería pagar mucho. Aunque entonces pensé que no había tratado con este miedo a no tener dinero, y a perder algo más de dinero en una ventana, cerca de la cual le había dicho que no jugara.

Bueno, esa es la emoción causal que estabas evitando cuando le pediste que no pateara la pelota; y todavía necesitas tratar con esa emoción causal. Así que le dijiste a la niña que tal vez iba a romper la ventana, y ella dice: “No, no, estoy bien”, y entonces la rompe. Pero entonces, cuando le quitamos la consecuencia de esa acción, no le estamos permitiendo que vea los resultados de su propia creación. Se le advirtió, y sigue no obstante obteniendo los resultados de su propia creación. Pero, irónicamente, al mismo tiempo no estamos viendo los resultados de nuestra propia creación: y es que había una emoción en ti, en el momento, de miedo a la falta de dinero, y la cual te hizo preocuparte por el acto. Ahora bien, si hubieras lidiado con el miedo a la falta de dinero, la ventana podría no haberse roto. Digo “podría”, porque la niña todavía tiene una emoción donde siente que puede desbaratar la ley⁴, y esa emoción en particular podría crear la situación de romper la ventana. Y tú tendrías que tratar con ese tema en particular, como intentaste hacerlo, pero sin comprar la ventana por la niña.

Participante: Entonces, en esta etapa, ¿es como si ella realmente debiera ser responsable de pagar la ventana, y yo debiera ser responsable de la sensación causal del tema?

Sí, así que podrías llegar a un acuerdo con ella.

Participante: Mitad y mitad.

Sí, más o menos cada una la mitad, pues ambas creasteis ese problema en particular. Así que aquí es donde se trata de asumir la responsabilidad de nuestra parte en la creación. Entonces, seamos justos con eso también, entendamos que si no tratamos con las emociones causales subyacentes, entonces ciertamente vas a crear una Ley de Atracción con tu hijo que te trae esa emoción que necesitas experimentar. Pero tu hijo tiene libre albedrío propio; y lo que estamos tratando de hacer es enseñarle el libre albedrío. ¿Qué es el libre albedrío? Se me permite hacer todo lo que quiera, sea o

4 “thwart law”: frustrar o desbaratar la ley.

Aquí Jesús parece querer decir que la niña, aparte de sentir el miedo de la madre a la pérdida de dinero, y de actuar para exponerlo, también puede aportar de su parte alguna emoción de “querer quebrantar la ley”, en cuanto que quiere experimentar o jugar más o menos en rebeldía, quizá “inspirada” por otras emociones que ha absorbido antes y que no son esa emoción que tiene la madre sobre el dinero; pueden ser otras cosas: cosas de la madre o de otros adultos. Por ello quizá la niña se siente en ese momento “vengativa” o frustrada, etc., y no se limita a solo sentir eso, y quiere hacer “lo contrario”, “llevar la contraria”, etc., puramente —digamos—. Parece que va por ahí la cosa. (N.d.T.)

no armonioso con el amor; pero hay una consecuencia para todo lo que hago —esa es la Ley de Compensación—. Así que estoy tratando de enseñarles la Ley del Libre Albedrío, la Ley de Compensación, y todas estas leyes de Dios. Y, de hecho, la verdad es que nuestro único papel como padres es enseñar a nuestros hijos lo que hemos aprendido sobre las Leyes de Dios. Eso es lo único que tenemos que hacer; no necesitamos hacer nada más con ellos; ni siquiera necesitamos ser responsables de lo que ellos hagan con eso⁵. Solo tenemos que hacerlo lo mejor que podamos con lo que hemos aprendido sobre esas Leyes.

2.2.5. Ejemplo de una madre que discute con su hijo

Participante mujer: Me pregunto sobre mi hijo Callum y yo. Esta semana hemos tenido muchas discusiones, mostrándome toda mi “ira masculina”; pero le he castigado por sus acciones y por su forma de hablar. Todavía estoy intentando tratar con mi ira, pero ¿estoy siendo desamorosa al darle consecuencias por sus acciones? Le quité un teléfono que le gusta mucho, así que en vez de pegar o abofetear, o lo que sea... le he quitado cosas que le he dado.

¿Te has castigado a ti misma por la consecuencia de tu acción?

Participante: Me he sentido culpable por ello, porque me dice que doy para luego pedir⁶. Estoy empezando a ver, con todo lo que me está diciendo, que me está hablando honestamente sobre lo que estoy haciendo mal —no lo desafío sobre ello, estoy escuchando—.

Veamos la interacción. El niño es de nuevo un varón, y la mamá está diciendo: “un varón me está tratando irrespetuosamente”. Mi emoción causal es que los hombres me faltan el respeto; entonces, ¿qué hace el niño? El hijo varón me lo refleja directamente. Ahora bien, si castigo al niño por eso, ¿quién lo ha creado realmente?

Participante: Yo.

Tú. Entonces ¿puedes ver que es una acción bastante injusta?

Participante: Lo es, pero...

Pero aun así quieres castigar al niño por ser irrespetuoso.

Participante: Entonces, ¿cuál es su compensación por tratarme así?

Bueno, si te deshaces de la causa dentro de ti, y simplemente miras a ver si te sigue tratando irrespetuosamente, entonces vas a notar que realmente está dentro de él y tendrás que corregirlo a

5 Sobre esto, se pueden más cosas sobre la ley de compensación, etc., ya que los adultos en general somos responsables de lo que hemos enseñado a los niños en alguna medida, cuando, debido a nuestros actos, se les han grabado emociones erradas, creencias falsas (mismamente debido al sacrificio), etc., las cuales potencian deseos impuros o desarmónicos con el amor y la verdad de Dios, etc.

Los niños al crecer terminarán siendo totalmente responsables de sus decisiones en algún momento, claro está; pero a veces, hasta bien mayores, o incluso durante toda la vida, sus decisiones también repercutirán de algún modo en el alma de los adultos, siendo de este modo también algo responsables —los adultos— de las decisiones de los hijos (en cuanto que repercuten en el alma de los adultos que no hayamos sanado las causas emocionales por las que los niños aprendieron o absorbieron “emociones erradas”).

Así, parece que a menudo los padres, madres, etc., igualmente van pues “acumulando” cierto peso o mancha en el alma por las acciones que luego realicen los hijos en base a las heridas y la fachada que todos hemos absorbido y aprendido en el hogar, en la escuela, etc., sin haber tenido un aprendizaje completo sobre las consecuencias, los principios amorosos, etc. (sobre todo parece que acumulamos esas cosas si, como adultos, no limpiamos las causas emocionales que nos hicieron enseñar falsedad a los niños, y vivir en ella, etc.). (N.d.T.)

6 El niño le llama “Indian giver” a la madre, y es algo peyorativo para expresar que alguien te da con interés en que luego tú hagas algo a cambio. En la wikipedia (en.wikipedia.org/wiki/Indian_giver) dicen que viene de la época del colonialismo, cuando los colonos a veces parece que recibían los bienes malentendiendo que eran un regalo, cuando en realidad eran comercio (los “indios” esperaban alguna especie de intercambio). (N.d.T.)

él; pero por el momento tú no estás tratando con la causa; entonces, ¿cómo puedes esperar que él lo haga? Es como si yo estuviera castigando a mi hijo por él no tratar la causa dentro de él, pero yo no me ocupo de la causa dentro de mí. ¿Te parece muy justo?

Participante: No, no lo es.

Porque estoy castigando al niño por hacer lo que yo personalmente estoy haciendo; y esto es algo que hacemos, como padres —he hecho esto cientos de veces—. Lo hacemos como padres o madres todo el tiempo: castigamos a nuestro hijo por el reflejo de la emoción hacia nosotros mismos como padres; pero el niño simplemente está reflejando tu propia emoción negada. Y es muy importante entender que, si empiezo a castigar al niño por reflejar mi creación, ahora he dañado su libre albedrío. Ellos pueden hacer eso. Recuerda que dije, justo al principio, que la Ley del Libre Albedrío es que se me permite hacer cualquier cosa, sea o no armoniosa con el amor. Mi hijo, siendo irrespetuoso conmigo, es desarmónico con el amor, estoy de acuerdo; pero mi hijo puede hacerlo —desde la perspectiva de Dios, puede—. Lo que en primer lugar necesito hacer es tratar con la emoción que ha creado eso en el niño; y una vez que me ocupe de ello, entonces puede que, en primer lugar, encuentre que el niño ya no lo hace; pero, en segundo lugar, si me ocupo de ello, nunca me sentiré no respetado por mi hijo —incluso aunque intente tratarme así—. Y cada vez que intente tratarme irrespetuosamente haré algo al respecto dentro de mí, y haré algo en mi entorno al respecto. En otras palabras, no puedo ser controlado por un hijo que me trata irrespetuosamente, solo puedo *creer* que estoy siendo controlado por un hijo que me trata irrespetuosamente, desde una perspectiva emocional.

María: Iba a decir que lo más amoroso que puedo hacer por mí en esa situación es en realidad tratar con mi emoción causal.

Exactamente, y eso es también irónicamente lo más amoroso que vas a hacer por tu hijo. Pero cuando castigo a mi hijo por una emoción que yo mismo no estoy liberando, en realidad también estoy siendo bastante perjudicial para mi hijo; porque, cuando lo piensas, ¿cuán injusto es eso? He creado el reflejo de la emoción en mi hijo, y ahora voy y lo castigo por ello.

2.2.6. Confiar en las leyes de Dios en la crianza de los hijos

Ahora bien, muchos de vosotros seguís pensando, con respecto a las cosas entre padres e hijos, que lo que estoy diciendo no es práctico en absoluto. Pero os puedo garantizar que si lo ponéis en práctica descubriréis que todas y cada una de las emociones causales que aún están en vosotros están siendo reflejadas en cada momento por tu hijo. Y descubrirás que una vez que te adueñes de eso, tu relación con tu hijo no solo cambiará notablemente, sino que también te ayudará mucho a sentir tus propias emociones causales. Pues en este momento muchos todavía culpamos a nuestro hijo por su respuesta hacia nosotros, cuando en realidad es nuestra propia emoción negada la que crea esta respuesta.

Ahora bien, cuando permitimos que la emoción pase a través de nosotros, notas una gran diferencia; lo notarás. Y, como dije, yo he hecho ambas cosas con mis propios hijos; lo he hecho de la manera normal, de la manera en que nos enseñan a educar a los niños hoy en día —aunque probablemente fui excesivo en cuanto a los cachetes, en comparación con lo normal hoy—. He pasado justo desde un extremo —el del castigo corporal—, hasta el otro extremo, el de hacer todo lo que quieren y no valorarme en el proceso. Y luego he vuelto a este punto medio en el que me valoro y me quiero a mí mismo y a mi propio libre albedrío; y también valoro y quiero a mis hijos y a su libre albedrío. Y en ese punto no puedes ser manipulado; y tus hijos ni siquiera sentirán una emoción de tu parte sobre que puedes ser manipulado. Y así, no te manipularán, porque no sentirán esa emoción que necesita ser reflejada por ellos.

Dios lo creó así para que puedas aprender —a través de este dolor que sientes en tu relación con tus hijos— a entender cuándo estás infringiendo la ley. Recuerda que dije, en “Una introducción

a las leyes de Dios”, que cada vez que siento dolor, estoy quebrantando la ley; no es otra persona la que está quebrantando la ley, soy yo. Así que eso es algo muy importante a recordar.

Cuando entiendes eso emocionalmente, verás que las cosas a tu alrededor cambian muy rápidamente. En mi vida he hecho las dos cosas, y todas que hay en el rango intermedio, y por eso entiendo cómo de confuso debe sentirse escuchar algunas de estas cosas, a veces; pero créeme, cuando empieces a hacerlo de esta manera verás que las cosas cambian muy rápidamente en la relación con tus hijos.

Participante mujer: ¿Qué hacía tu mujer en esa situación? Si uno de los padres se ocupa de ello y el otro no, ¿cuál es el impacto en los niños?

El padre que tiene la interacción con el niño es lo que el niño está reflejando a su vez. Así que si yo soy la madre y mi hijo varón me grita a mí pero nunca grita a su padre, entonces la madre es quien tiene el problema con el niño. Si soy un hijo varón y me siento realmente arisco y abusivo con mi padre, entonces el padre es quien tiene un problema con la masculinidad, o con él mismo, o conmigo. Así pues, en cada interacción, el niño le reflejará el tema exactamente a la persona con la que esté tratando, al padre o madre con el que se conecte en un momento dado. Eso es lo que ocurre con un niño. Y obviamente se complica un poco más si hay abuelos en el hogar. Entonces, si hay un abuelo en el hogar y el niño grita al abuelo pero no a papá, entonces hay una emoción específica que el abuelo tiene hacia el niño y que este le está reflejando al abuelo. Si la abuela tiene una emoción con el niño pero la madre no, y el niño le está reflejando algo a la abuela, entonces es la abuela la que tiene el problema con el niño, y el niño simplemente se lo está reflejando.

Así pues, depende de la persona en concreto. En muchos casos será más de una persona; así que si hay dos hombres en el hogar y el niño les está reflejando emociones a ambos, tengo que mirar —como padre— qué emociones tengo hacia mí como hombre; y la madre tendría que mirar qué emociones tiene hacia los hombres, y las cuales podrían estar creando esta interacción en particular.

Participante: Entonces, si tú te ocupaste de la emoción del tema de poner el cuchillo en el enchufe, pero tu esposa no, ¿todavía existe esa oportunidad de que el niño se haga daño?

Ciertamente, y en vez de hacerlo conmigo cerca, el niño lo hará cerca de mi esposa. Es por eso que, a veces, si estamos en una situación familiar, el niño parece jugar realmente solo con uno de los padres y no con el otro. A veces el niño juega con mamá o con papá, según las circunstancias; y, créeme, incluso la circunstancia importa, pues en esa circunstancia hay una emoción que estoy negando. Digamos que soy la mamá de un hijo que siempre hace de las suyas cuando hay una visita femenina cerca. Necesito mirar qué emociones pueden estar sucediendo dentro de mí con respecto a: “hombres causando problemas conmigo y con mis relaciones con otras mujeres”; o bien, podría tener que mirar una emoción que tiene que ver con que los hombres me controlan en las relaciones que tengo con otras mujeres. ¿Ves a dónde te lleva esto? A mirar dentro de mí qué emociones podrían estar ahí, y las cuales podrían estar causando que ocurra esta interacción. Cada situación es un evento de la Ley de Atracción, y nuestros hijos están reflejando perfectamente cada cosa que hay dentro de nosotros mismos.

Entonces, no quiero cubrir mucho más el tema de la situación familiar, porque hay muchas leyes que queremos tratar. ¿Todo el mundo entiende que, si estoy en el camino del Amor Divino, trataré estos asuntos emocionalmente? No voy a intentar actuar de forma diferente sin tratar la emoción emocionalmente. No intentaré obligarme a hacer algo; trataré la razón subyacente por la que no lo estoy haciendo. Cuando me ocupo de la razón subyacente, entonces es cuando todo empieza a cambiar.

Participante mujer (Karen): Siempre he asumido que si algo está sucediendo, y si no tengo una reacción emocional ante ello, entonces es un asunto de los demás; pero, ¿es posible que me esté adormeciendo ante una reacción emocional?

Sí, es muy probable. Entonces, digamos que a mi alrededor está sucediendo un evento, y que parece ser algo que sucede continuamente a mi alrededor, pero sin que yo tenga ninguna respuesta emocional ante ello. Si el evento continúa sucediendo a mi alrededor, entonces, hay una alta probabilidad de que esté bien aquí arriba, en un espacio intelectual (señalando por encima de la cabeza) en el que ni siquiera reconozco que tengo una reacción emocional al respecto, cuando, en realidad, sí tengo una emoción al respecto, y la cual estoy tapando bastante intensamente. Así que eso también es una posibilidad; y por eso es importante que tengas en cuenta siempre esa posibilidad; que te preguntes: “¿Qué estoy reprimiendo incluso intelectualmente en esta situación?”.

Pero volvamos a las leyes, la Ley del Libre Albedrío. ¿Todo el mundo entiende que con todas estas Leyes tengo dos opciones a la hora de tratar con ellas: puedo seguir la ruta de no quebrantarlas, pero haciendo eso de una manera intelectual; o bien, puedo llegar a la emoción causal y al deseo que creó el asunto? Puedo hacer cualquiera de las dos cosas. Un camino se llama el “camino del amor natural”; con el camino del amor natural usaría mi intelecto para realmente forcejar con el tema de hacer mi vida mejor —y, para ser franco contigo, siempre forcejearás si haces eso, pues tu alma sigue creando algo muy diferente—. O bien, puedo llegar a las emociones y los deseos de mi alma, y liberar aquellos que no estén en armonía con el amor, y, así, ver que en el instante en que hago eso mi vida cambia en cuanto a esa situación en particular. Y si puedes hacer eso en lo causal y liberar completamente la emoción causal, te encontrarás con que tu vida no vuelve a ser la misma de nuevo; y no tendrás que intentar hacer las cosas intelectualmente una después de otra, todo el tiempo. Así pues, es realmente importante entender esa diferencia.

3. La ley de la pasión y del deseo

La siguiente ley está conectada, ¿no creéis? Es la Ley de la Pasión y del Deseo. Lo que dice esta ley es que: “Soy el creador más poderoso cuando estoy operando completamente en mis deseos”. Esa es la Ley del Deseo, y el deseo se trata de pedir. Recuerda que hablamos de pedir; pedir no es algo que ocurra en tu cabeza sino en tus emociones: qué siento que yo quiero, y no qué pienso que quiero. Es por eso que, en el caso de muchas personas, cuando escuchan sobre la Ley de Atracción —al estilo de cosas como “El Secreto”—, tratan de hacer todas estas cosas intelectuales y, aun así, no pueden crear lo que quieren, pues a nivel del alma hay una emoción totalmente diferente que crea lo que quieren. Pero la Ley del Deseo es que se me permite crear, y que puedo crear, cualquier cosa que quiera; pide y recibirás.

3.1. Formas en que quebrantamos la Ley de la Pasión y del Deseo

¿Cuántas veces quebrantamos eso? Pues bastantes. Cada vez que pides algo y no crees que lo vayas a conseguir, quebrantas la ley, porque la emoción que hay en ti es: “No lo voy a conseguir, no me va a pasar a mí”, y demás. Así, directamente estás quebrantando la ley. Pero, también, cada vez que permites que otra persona en tu vida te impida hacer lo que deseas, quebrantas la ley. Mucha gente la quebranta de esta manera. ¿Cuántos trabajamos en un sitio que no nos gusta? Entonces estamos quebrantando la Ley del Deseo; recuerda, cada vez que quebranto la ley la consecuencia es dolor, así que sentirás una emoción dolorosa en tu interior cuando no te permitas seguir tus pasiones y deseos.

Ahora bien, recuerda que debido a la Ley del Libre Albedrío se te permite tener los deseos que quieras —e incluso pueden estar en desarmonía con el amor, si eso es lo que quieres—. Pero si estuvieran en desarmonía con el amor, te impedirías actuar en base a ese deseo. Así que si mis deseos estuvieran en desarmonía con el amor, miraría la razón emocional subyacente dentro de mí en cuanto a por qué están en desarmonía con el amor, y trataría con ella. Una vez que me haya

ocupado de esa emoción, ¿qué sentiría? Solamente sentimientos que están en armonía con el amor, y, entonces, podría tener cualquier deseo que yo quiera, en esos sentimientos.

Así pues, esta es una ley muy poderosa con la que experimentar. Cada vez que te niegues esta ley para ti mismo, te perjudicarás. Irónicamente, cada vez que niegas esta ley para ti, también perjudicas a todos los que te rodean, pues, incluso con tus hijos, cada vez que no actúas según tu deseo, estás enseñando a tu hijo a no actuar conforme a sus deseos; por lo tanto, ellos crecen pensando que ellos tampoco pueden actuar así (creyendo que no es práctico, en el ambiente en el que vivimos, y demás); y eso crea su realidad. Así que crecerán, y, a la edad de quince o dieciséis años, cuando deseen desesperadamente un caballo, pensarán: “No va a suceder, mis deseos nunca se hacen realidad”. Sin embargo, si al niño se le permiten sus deseos, descubrirá que si desea desesperadamente un caballo entonces el universo conspirará para traerle exactamente lo que desea, al igual que el universo conspirará para traerte a ti exactamente lo que deseas.

3.2. Lo que deseamos en el alma, lo creamos

Pero recuerda que la Ley del Deseo siempre opera sobre el alma; no actúa sobre lo que tú crees que quieres; actúa sobre lo que está pasando en tu interior. Entonces, si la emoción dentro de mí es: “Soy totalmente indigno de conseguir cualquier cosa que quiera”, ¿cuál es mi Ley del Deseo? ¿Cómo va a funcionar eso? No voy a conseguir nada de lo que quiero. La Ley de Atracción activará esa emoción basada en el alma; y cuando libere esa emoción, entonces obtendré exactamente lo que quiero. Todo se basa en el alma, y el alma es emociones, pasiones y deseos que están operando dentro de ti. Entonces, puedes poner eso en práctica y experimentar con eso; y cada vez que experimentes con eso encontrarás que el deseo es una de las cosas más poderosas que puedas desarrollar.

3.3. Descubrir nuestros deseos

Entonces, el camino del Amor Divino no se trata solo de lidiar con las emociones negativas. También se trata de aprender a ejercitar tus deseos positivos y seguirlos por completo. Te sorprenderás, cuando empieces a hacerlo, de que a menudo no tienes ni idea de qué deseos tienes en realidad. En mi propia vida atravesé un periodo en el que me senté con un tipo que me estaba ayudando a trabajar con mis emociones; me pidió que hiciera un ejercicio en el que tenía que enumerar todas mis pasiones. Volví la semana siguiente con una página en blanco porque no sabía realmente cuáles eran, y había un montón de emociones ahí.

La semana pasada, tras un seminario que impartí en Armidale, hablé con un hombre de unos sesenta años que se acercó y me dijo: “Llevo sesenta años tratando de descubrir cuál es el propósito de mi vida y todavía no lo conozco”. Le respondí: “En realidad, tu problema no es no saber cuál es el propósito de tu vida; el problema es que, cuando eras pequeño, nunca se te permitió tener deseos”. Tan pronto como dije esto, él rompió a llorar; sintió esa emoción inmediata, asociada a la imposibilidad de haber tenido deseos. Este hombre había gastado todo su dinero durante seis décadas buscando su pasión, solo para acabar sintiéndose profundamente frustrado. Sin embargo, no lograba encontrarla porque albergaba en su alma la creencia de que no tenía permiso para tener pasiones. Si esa emoción reside en tu alma, a menos que logres liberarla, te pasarás el resto de tu vida creyendo que no sabes qué sientes ni qué deseas. Todo se reducía a esa única emoción, la cual se arraigó en él cuando era muy pequeño, cuando su madre o su padre le decían que no tenía permiso para hacer ciertas cosas.

4. La Ley de Causa y Efecto

¿Cuál es la siguiente ley? La Ley de Causa y Efecto se resume básicamente en: “Lo que siembro, cosecho”.

En otras palabras, soy responsable de absolutamente todo lo que sucede en mi vida en este momento. ¡De todo! Sin embargo, la mayoría de las personas experimentan un fuerte rechazo emocional ante esta idea. La mayoría cree que “los demás son responsables de las cosas negativas que dicen y hacen contra mí”. Entonces, si alguien proyecta su ira hacia mí, pienso: “Ese es su problema”. Pero en realidad no es así; es un asunto tuyo. Ahora bien, eso no significa que lleves ira en tu interior; lo que podría significar es que albergas un miedo que atrae la ira de los demás; o que tienes la sensación de estar bajo el control de la ira ajena —una sensación que necesitas liberar—; o bien que estás dispuesto a dejarte manipular por temor a su violencia. Pero la Ley de Causa y Efecto siempre nos dice: “Soy responsable de todo lo que sucede en mi vida”; como adulto, “soy responsable de todas estas cosas que estoy creando y provocando”.

4.1. Ocuparse de los efectos es inútil y no es un acto de amor hacia nosotros mismos

Ahora bien, cuando siento amor por mí mismo, honro esa ley. La forma en que la honro es comprendiendo que no tiene sentido intentar cambiar un efecto cuando todavía existe una causa emocional activa en mi interior; es una tarea inútil.

Seguro que has visto a un perro persiguiendo su propia cola; resulta gracioso, pero nuestras vidas no nos parecen tan divertidas cuando sentimos que estamos persiguiendo nuestra propia cola: es como dar vueltas y vueltas sin parar. Y eso sucede porque a menudo no respetamos esta ley. Lo que hacemos es intentar cambiar el efecto de lo que nuestra alma está creando sin cambiar la causa; así, nuestra alma sigue creando exactamente aquello que intentamos modificar. Muchos nos sentimos agotados porque tratamos de cambiar las cosas para mejorarlas; puede que mejoren lentamente, pero la sensación es: “Vaya, ¡cuánto esfuerzo para lograr este pequeño cambio en mi vida!”. La razón de esto es que no comprendo que existe una causa emocional en mi alma que está creando mi vida y, si no estoy dispuesto a abordar esa causa álmica, no me estoy amando a mí mismo.

Así pues, en lugar de eso, nos centramos en el efecto. ¿Cómo nos centramos en el efecto? Alguien se enfada y se molesta conmigo, ¿y qué hago yo? Me enfado y me molesto también, intentando evitar que se enfaden conmigo, o controlarlos. Lo único que hago es ocuparme del efecto, y entonces, ¿qué va a suceder? Tendré una discusión la semana que viene, otra el mes que viene y otra el año que viene, siempre de la misma manera.

Esto ocurre a menudo en la familia, con nuestros hijos. Uno de ellos siempre quiere discutir conmigo; ¿por qué? Porque no estoy abordando la causa. En cuanto la aborde, ese niño dejará de discutir conmigo. Pero, en cambio, intentamos castigar al niño por discutir; le imponemos pequeñas sanciones o tareas correctivas y, al final, solo estamos lidiando con el efecto, recreando la causa misma mientras hacemos eso. Ahora bien, cuando dejo de hacer eso, ¿qué sucede? De repente, mi vida cambia, pues una vez que abordo la causa... una vez que me centro en ella... e incluso ya el simple hecho de centrarme en la causa y decir “sí, yo lo creé” es un comienzo... ese es el primer punto al que hay que llegar: centrarse en la causa. Basta con reconocerlo: “Sí, yo he creado todo en mi vida”. Cada enfermedad que tengo en mi cuerpo es creación mía —es una emoción reprimida que no estoy liberando—. Hay algo que ocurre en mi interior —algo que no estoy abordando— que constituye la causa. Y cada vez que niegue esa verdad, me veré obligado a lidiar con los efectos de esas causas, una y otra vez. Y acabarás agotado hasta que comprendas qué es lo que las crea. Por eso es mucho mejor entender qué las está creando que limitarse a lidiar con el efecto.

4.1.1. Las leyes creadas por el hombre se ocupan únicamente de los efectos

Si observamos cualquier ley creada por la humanidad, ¿qué es lo que hace generalmente? Se ocupa del efecto. Tenemos todas estas leyes sobre límites de velocidad y todas estas multas por infringir la norma; eso es ocuparse solo del efecto, sin abordar la causa emocional. Pensemos en las leyes contra la conducción bajo los efectos del alcohol: ¿cuánta gente sigue conduciendo tras haber bebido? Hay millones de personas en Australia que lo hacen cada semana, a pesar de que existe

todo un conjunto de leyes destinadas a impedirlo. ¿Lo impiden? No. ¿Por qué? Porque las leyes solo tratan los efectos. ¿Cuál es la causa? Para empezar, ¿por qué una persona quiere emborracharse? Y luego, ¿por qué quieren emborracharse y conducir después? Eso implica otra serie de condiciones emocionales internas. Si empezáramos a abordar la causa emocional —si la ley abordara la causa—, tendríamos muchos menos conductores ebrios en las carreteras y muchos menos accidentes, lesiones y muertes en relación a la conducción bajo los efectos del alcohol. Pero eso no sucede. Por lo general, lo que hacemos en el mundo actual es crear otra ley; simplemente nos ocupamos de los efectos.

Así vemos cómo se crean más y más leyes, una tras otra. Ya ni siquiera sabemos cuántas hay; yo mismo no podría recordar ni veinte de ellas en este país. No sé cómo se las arreglaría uno para recordarlas, especialmente en cuanto a su redacción. “No tengo permitido conducir por el lado equivocado de la carretera”: esa me parece bastante obvia, esa sí la conozco. Pero luego hay una señal que indica 100; eso significa que debo ir a 100, aunque nadie en Queensland parece obedecerla. Es curioso: la semana pasada conducíamos por Nueva Gales del Sur y allí todo el mundo parecía respetar esa norma. Todo se debe al miedo a las consecuencias, ya que en Nueva Gales del Sur las multas son algo más cuantiosas. Además, hay radares de velocidad que te vigilan constantemente; los coches de policía circulan de un lado a otro equipados con radares, por lo que existe una mayor presencia policial que obliga a la gente a reducir la velocidad. De hecho, notamos que, al entrar en Nueva Gales del Sur, de repente todo el mundo respetaba el límite de velocidad, a diferencia de otras situaciones, donde los vehículos pasan zumbando a tu lado mientras tú circulas a la velocidad permitida. Sin embargo, a fin de cuentas, ninguna de estas leyes aborda realmente la causa. ¿Por qué quiero conducir con exceso de velocidad? ¿Y por qué lo haría de una manera que pone en peligro a los demás? Debe de haber algo que está ocurriendo en mi interior, a nivel emocional. Así que ocupémonos de la emoción. Si atiendo la emoción, me estoy amando a mí mismo. Si me amo, siempre me centraré en la causa emocional interna que origina esta conducta. Si no me amo, intentaré planificar y organizar mi vida para eludir el problema. Y, al hacerlo, lo único que consigo es sortear o evitar mis miedos; pero, como estos siguen dentro de mí, acabarán generando otra situación que despierte ese mismo miedo.

Por eso tenemos tantos accidentes en nuestra vida. Conocí a una mujer que tuvo 22 accidentes en un lapso de tres años; en cada ocasión, evitaba la emoción que provocaba el accidente. Le pedí que, en su imaginación, se situara por un momento en uno de esos accidentes y permitiera que surgieran los sentimientos que aparecieran. Sintió un terror absoluto, y era precisamente ese terror a sufrir un daño personal —ese terror que ella seguía evitando— lo que generaba cada accidente. Así pues, continuaba provocando más accidentes: uno tras otro. Una vez que afronte esa emoción, descubrirá que esos sucesos dejarán de ocurrir; así de sencillo. ¿Pero qué hace ella en vez de eso? Se compra un coche más grande para mayor seguridad, le instala una defensa delantera reforzada para que sea otra persona quien sufra el daño en lugar de ella, y cosas por el estilo. Sin embargo, si no se aborda la causa subyacente, acabará ocurriendo otro accidente; en su caso, seguirán sucediendo una y otra vez hasta que ella afronte la causa.

¿Ves cómo esto se relaciona con el amor por uno mismo? Pues si me limito a lidiar con las consecuencias de mis actos, ¿te das cuenta de que tan solo terminaré agotado y exhausto? Y eso no es amarse a uno mismo. Esto también se observa constantemente cuando otras personas quieren que te ocupes de los efectos en lugar de las causas. Si te amas a ti mismo, no te dejarás arrastrar por esa dinámica.

Pongamos un ejemplo: imagina que tienes un hijo —tú tal vez rondes los cincuenta o sesenta años y él los veinte o treinta— y que él es bastante imprudente con el dinero. Cada vez que se gasta hasta el último centavo acude a ti para que lo rescates económicamente. Ahora bien, si realmente me amara a mí mismo, ¿lo haría? No, no lo haría; recuerda que sacrificarme para amar a otra persona no es un acto de amor ni hacia mí ni hacia la otra persona. Así pues, si lo sacara del apuro sacrificando mis propios sentimientos en el proceso, eso tampoco sería un acto de amor. Entonces, ¿qué debo hacer? Debo examinar la causa interna de por qué él sigue pidiendo dinero y por qué yo sigo dándoselo, ya que existe una causa emocional, probablemente relacionada con la culpa: la

culpa por haber dañado de algún modo su infancia o su crianza, o algo por el estilo. Si trato con esa emoción, puede que él aborde o no la causa interna que le corresponde a él, pero al menos yo habré resuelto la mía. De este modo, cuando venga a pedirme dinero, podré centrarme en decirle: “Hijo, ¿por qué estás creando esta situación? La generas una y otra vez; si simplemente te doy el dinero, ¿qué estoy haciendo? Además de no amarme a mí misma, en realidad tampoco te estoy amando a ti. Te estoy permitiendo seguir creando lo mismo sin que sientas las consecuencias de tu propia creación. ¿Acaso Dios hace eso? No. Dios siempre hace que experimentes los efectos de lo que creas. Todas las leyes de Dios son amorosas; por eso es tan importante abordar la causa”.

4.1.2. Un ejemplo de inundación en casa

Participante mujer: AJ, dos veces este año se me han reventado mangueras dentro de casa y se me ha inundado la vivienda. ¿Qué estaré haciendo para atraer algo así? Realmente no quiero que mis muebles estén bajo el agua por tercera vez.

Ante cualquier suceso que experimentamos a través de la Ley de Atracción, debemos observar las emociones que dicho suceso genera, ya que estas suelen estar totalmente vinculadas a la emoción causal que llevamos dentro. Entonces, ¿qué sientes cuando ocurre ese evento?

Participante: ¡Barry dijo que estoy “muy verde”, soy muy novata! (Risas) Una gran cantidad de emoción...

Y ahora, en vez de limitarte a escucharlas, anota todas las emociones que te provoca ese suceso. Cuando te permitas liberar esas emociones y experimentarlas adecuadamente, descubrirás que ya no provocarás ese evento. A menudo, el estrés que nos causa el suceso nos impide detenernos a sentir las emociones que este nos despierta. Lo que hacemos, en cambio, es ponernos rápidamente a limpiar la casa, sintiendo todas esas emociones que intentamos reprimir mientras realizamos la limpieza.

No digo que no limpies la casa, sino que sientas tus emociones mientras lo haces. Lloras a gusto durante el proceso y deja que afloren todas esas emociones. Permítete sentir las todas. Y trata siempre de hacerte una pregunta —aquí es donde la oración cobra gran importancia—: pide a Dios la respuesta sobre qué emoción infantil, alojada en tu interior, está provocando aquello que se está manifestando. Siempre habrá alguna emoción infantil reprimida que dio origen al suceso; permítete llegar hasta ella. La forma más rápida de lograrlo es simplemente sentir la emoción en la situación presente. Muchas veces, en vez de eso —en vez de sentir la emoción en el momento actual—, intentamos “arreglar” esa emoción dentro de la situación presente. No nos gusta que nuestra casa parezca sucia o desordenada, así que la arreglamos; queremos que el fontanero venga de inmediato, así que lo llamamos enseguida para que haga el trabajo; y si no puede venir al instante, nos enfadamos con él: “¿No te das cuenta de que esto es una emergencia?”. Y así, seguimos, cuando en realidad lo que hacemos todo el tiempo es intentar arreglar cosas que son meros efectos, en lugar de abordar la causa emocional subyacente dentro de nosotros mismos.

En el pasado ya he dado muchos ejemplos de situaciones en las que yo hice esto y, de repente, todo a mi alrededor se solucionó sin que yo tuviera que hacer nada físicamente para lograrlo; eso sucede siempre que abor das la emoción causal. Si no tratas la emoción que origina el problema, te verás obligado a lidiar constantemente con los efectos. Por eso, permítete hacer una lista: cada vez que ocurra un evento y no sepas cuál es la causa, anota lo que sientes al respecto. ¿Qué sientes cuando se inunda tu casa? ¿Qué zonas concretas de la casa se inundaron? A veces, por ejemplo, se moja un cuadro muy preciado para ti, mientras que otra cosa a la que no dabas tanta importancia permanece seca.

Hace poco estuvimos con una pareja propietaria de una explotación ganadera (de ovejas y ganado vacuno) en el sur; crían toros sementales para otros ganaderos. El mejor toro siempre era el que daba problemas, y ellos no lograban entender por qué. “¿Por qué es siempre el mejor —el que

quiero llevar a las exposiciones— el que tengo que apartar?”. Pues, en cuanto un toro de exhibición muestra cualquier signo de agresividad, queda automáticamente descalificado. Entonces, ¿qué llevaba a ese toro en particular a comportarse así? Hablamos con ellos sobre la dinámica emocional que provocaba ese comportamiento problemático en el animal; era una dinámica que surgía de la interacción entre el marido y la mujer, así como entre el marido y uno de los trabajadores. Y ahora él ha estado experimentando con eso, procesando sus emociones al respecto, porque lo único que hace el toro es reflejar sus emociones. Si pruebas esto con tu propio gato o tu propio perro, verás que sucede lo mismo todo el tiempo.

Así que presta atención a cada evento interno que surja; si no logras identificar la emoción, es probable que no estés sintiendo nada en ese preciso instante, ya que, por lo general, cuando ocurre un evento desencadenante y no experimentas una emoción, te encuentras en un estado de negación. Por ello, date permiso para sentarte y empieza a anotar, aunque sea brevemente, lo que sientes. Intenta profundizar un poco más en esas emociones y descubrirás que surge toda una lista de emociones al respecto, especialmente ante la idea de que una inundación vuelva a ocurrir. Y permítete sentir esas emociones ahora, en lugar de intentar evitarlas para centrarte únicamente en solucionar el problema.

4.2. Las causas residen en nuestras almas

4.2.1. Un ejemplo de emociones multigeneracionales

Participante mujer: Gracias, AJ. Siento que esto es algo genético, que se transmite a través del linaje en la estructura celular; por lo tanto, si no se sana o se libera en esta generación, puede manifestarse en otra. Lo observo constantemente en las comunidades aborígenes debido a traumas pasados; en realidad, reside en la estructura celular, por lo que puede remontarse a tiempos anteriores, incluso si la persona fue tratada muy bien durante esta vida. ¿Qué opinas al respecto?

No creo que se trate de la estructura celular, pero permíteme explicarte de qué se trata realmente. Nuestra alma alberga emociones; estas emociones provienen del alma de nuestros padres: ellos tenían una emoción, y su negación de la misma generó una emoción subsiguiente en mí. No significa que sea la misma emoción, ya que la negación de una emoción en el progenitor puede crear la emoción opuesta. Así pues, lo que sucede es que, tan pronto como encarno —tan pronto como me hago presente en el plano físico—, todas las emociones negadas de mis padres se me imponen; esto implica que mi alma contiene todas esas emociones en su interior. Además, es probable que el alma de mis abuelos también albergue emociones similares, transmitidas a su vez por sus propios padres, y así sucesivamente a través de las generaciones. Lo que ocurre a veces es que un abuelo puede haber fallecido; y si mi abuelo ha muerto, pero sigue sintiendo afinidad por mí, permanece como un espíritu a mi alrededor. Por lo tanto, él podría conservar esa misma emoción —al igual que su propio abuelo, si no ha avanzado, y el abuelo de este... y así sucesivamente hacia atrás en la línea generacional—. En consecuencia, ahora, ya no solo tengo mis propias emociones, sino también todas aquellas generadas por los acontecimientos de mi vida que fueron negados en mi entorno, acumuladas a lo largo de las generaciones. Y eso se impone sobre mi alma; y dado que mi alma está conectada a mi cuerpo espiritual y a mi cuerpo físico, cada emoción no sanada que albergo en mi interior genera un problema físico en ambos cuerpos, el cual acaba manifestándose a nivel celular. Por lo tanto, la clave respecto a la memoria celular reside en comprender su origen: proviene de una emoción, negada por el alma, y que causa daños en dichos cuerpos.

4.2.2. Un ejemplo de interacciones con espíritus

Lamentablemente, existe otro aspecto en esto: puede haber un espíritu que sea amigo nuestro —o que crea serlo— y que esté conectado conmigo a través de mi cuerpo espiritual. Es posible que proyecte hacia mí emociones muy similares a las mías; así, dichas emociones, al transmitirse a través de estos cuerpos, generan diversos errores en ellos. Por eso, en ocasiones es posible expulsar

a un espíritu del cuerpo de una persona y lograr que su cuerpo físico sane al instante; y cuando digo “al instante”, me refiero literalmente a eso, en muchos casos. En cuanto se desconectan de la persona terrenal, el cuerpo físico recupera su funcionamiento de inmediato, pero persiste la emoción, la cual puede atraer a otro espíritu con el que habrá que lidiar; en definitiva, es la emoción la que provoca tales atracciones.

¿Puedes ver, entonces, que las ideas sobre la memoria celular son una simplificación? En realidad, todo sucede a través del alma, la cual afecta a los cuerpos espirituales; y ya sea que esa alma provenga de las múltiples generaciones de nuestros padres, o de amigos en el mundo espiritual que se están conectando con nosotros.

Participante: ¿El espíritu puede afectar al alma, así como al propio espíritu? —pues si estamos vivos, tenemos un espíritu...—...

Me refiero a los amigos espirituales en el mundo espiritual; todos ellos están afectando constantemente a nuestra alma. La razón es que son como cualquier otra persona en la Tierra. Cada uno de vosotros aquí hoy está afectando al alma de los demás, de alguna manera. Así, vuestra emoción reprimida se proyecta hacia la audiencia y los demás la sienten; en cambio, cuando asumís y sentís plenamente vuestra emoción, esta no se proyecta hacia afuera, aunque sí tiene un impacto en los demás. Cuando sigues tu deseo, eso repercute en los demás; es imposible para cualquiera de nosotros —si realmente somos amorosos— no vernos afectados de alguna forma por los demás; es nuestra respuesta emocional ante ello lo que determina cuán claros estamos en nuestro interior.

Por eso le dije a un grupo la semana pasada: lo que hago es permitirme sentir todas mis emociones respecto a lo que se me transmite. En las últimas semanas he estado recibiendo muchísima rabia de personas en la Tierra y en el mundo espiritual, y simplemente dejo que fluya a través de mí. La emoción que surge en mi interior es miedo, el cual se dispara, provocando que empiece a temblar. Y una vez que libero esa emoción, esta desaparece. Y la gente puede proyectar esa emoción hacia mí, pero yo ya no siento esa respuesta emocional de miedo en mi interior.

Participante: Entonces, lo que realmente estás diciendo es que, aunque limpies el espíritu, necesitas limpiar el alma de la emoción, ¿y viceversa?

No, no viceversa; porque al limpiar la emoción en el alma, tu espíritu y tus cuerpos materiales se limpiarán automáticamente. Recuerda que el estado de tu alma es lo que impulsa y controla toda tu estructura fisiológica. Hay algunos espíritus que también están suscitando estas preguntas, así que me gustaría abordar algunas de sus inquietudes, ya que están planteando cuestiones adicionales. Las preguntas que formulan son: “¿Qué sucede en el mundo espiritual? ¿Cómo funciona allí?”.

El funcionamiento allí es exactamente igual al de aquí en la Tierra: la emoción de nuestra alma determina el estado de nuestro cuerpo espiritual. Muchos de los espíritus que plantean estas preguntas poseen un cuerpo espiritual en muy malas condiciones; tienen un aspecto enfermizo. Creían que, al pasar al mundo espiritual, tendrían cuerpos espirituales de buen aspecto, pero se encuentran con que tienen cuerpos de mal aspecto —incluso peores que los que tenían en la Tierra—, por lo que necesitan comprender que esto se debe a una razón emocional interna. Cuando liberen las emociones causales que albergan en su alma, el aspecto de su cuerpo espiritual mejorará automáticamente.

Participante: Entonces, dado que trabajo tan estrechamente con algunos de estos espíritus, si trabajo en mí misma para limpiar mi alma, ¿estaré limpiando el espíritu de ellos, a través del alma de su espíritu?

No puedes limpiar una emoción por otra persona. Sin embargo, lo que sí puedes hacer es mantenerte en un estado lo suficientemente abierto como para que la persona se sienta con permiso para liberar su propia emoción. Por ejemplo, si albergo una emoción de ira hacia los hombres y

acude a mí una mujer que también está enfadada con los hombres, ella se permitirá sentir esa ira estando a mi lado. Pero si yo estoy enfadada con los hombres y niego el dolor subyacente que siento respecto a ellos, y esa mujer —que también está enfadada— acude a mí y empieza a llorar contando cómo se siente herida por los hombres, yo intentaré automáticamente frenarla. Eso ocurrirá incluso antes de que yo abra la boca; emanará de mí una emoción que dice: “No, no tienes permiso para sentir este dolor; yo no quiero sentir el mío, y tú no puedes sentir el tuyo”. Haré todo lo que esté en mi mano —incluso darle un gran abrazo y decirle: “Tranquila, no tienes por qué sentir esto”— para impedir que el proceso siga su curso.

Lo mismo se aplica cuando ayudamos a los espíritus. Si me encuentro en un estado en el que reprimo una emoción en mi interior, automáticamente estoy impidiendo que cualquier persona que esté conmigo experimente esa emoción. Que yo la vea o no es irrelevante. Así pues, si reprimo un sentimiento de duelo o tristeza, cualquier espíritu que me acompañe sentirá que no tiene permiso para sentir su propio dolor. Si reprimo una emoción de vergüenza sexual, ningún espíritu a mi alrededor podrá sentir su propia vergüenza sexual; sentirán que no pueden hablar de ella debido a la emoción que yo proyecto. Así pues, el hecho de que yo libere las emociones que llevo dentro tiene un efecto muy poderoso en quienes me rodean, porque sienten que tienen permiso para hacer lo que efectivamente se sienten con permiso para hacer. Por eso, en el pasado, muchos de vosotros os habéis acercado a contarme una historia que ya os habíais contado a vosotros mismos diez veces, pero terminasteis llorando al contármela a mí: porque sentís que tenéis permiso para llorar, algo que normalmente no sentís que podáis hacer. Cuando estás con alguien que transmite esa sensación de permiso, lloras; pero si estás con alguien que te hace sentir que no tienes permiso para hacerlo, ¿qué haces entonces? Lo entierras, lo reprimes, lo ocultas... haces todo aquello que aprendiste a hacer cuando eras pequeño. Espero que esto explique lo que está sucediendo.

5. La Ley de Atracción

La siguiente ley que queremos abordar, dentro del conjunto de leyes que rigen el amor por uno mismo, es la Ley de Atracción. La Ley de Atracción establece que todo lo que me llega es resultado del estado de mi alma. Estoy creando automáticamente, a través del estado de mi alma, todo lo que sucede en mi vida. Ahora bien, la mayoría de las personas ni siquiera quieren reconocer esto; por lo tanto, al no reconocerlo, inmediatamente dejan de amarse a sí mismas. Verás, si no reconoces en tu interior que una de las leyes de Dios es verdadera, entras de inmediato en un estado de negación de tu propia creación —lo cual equivale a negarte a ti mismo— y, cada vez que te niegas a ti mismo, no te estás amando. Así pues, la Ley de Atracción es una ley real; es una ley tangible que actúa en cada instante de tu vida.

Entonces, ¿qué haría yo con la Ley de Atracción si me amara a mí mismo? Bueno, si me amara, no intentaría eludir intelectualmente la Ley de Atracción. Dicho de otro modo: voy conduciendo, alguien se me cruza bruscamente, lo insulto —llamándole bastardo o lo que sea— y luego no asumo la emoción que siento en mi interior. Simplemente he proyectado mis emociones hacia esa persona, después respiro un poco para calmarme, recupero un estado de “felicidad” y sigo mi camino. ¿Qué acabo de hacer? No me he amado a mí mismo, porque si lo hubiera hecho, habría honrado esta Ley de Atracción. Ese suceso ocurrió para desencadenar una emoción en mi interior, la cual inicialmente estaba oculta bajo mi ira y mi rabia. Y necesito ir más allá de esa ira y esa rabia para llegar a esa otra emoción que sentí. Entonces empiezo a sentir esta otra emoción: “Vaya, eso fue peligroso. Vaya, podría haber perdido la vida ahí si no hubiera mantenido la cabeza fría. Vaya, él no me respetaba en absoluto; ni siquiera le importaba si yo estaba allí o no. De hecho, ahora que estoy sintiendo cosas sobre ello, para él era como si yo ni siquiera estuviera presente”. ¿Y qué significa eso? “No soy nada. No sirvo para nada”. Toda esta clase de sentimientos empiezan a surgir a raíz de este pequeño suceso.

Lo maravilloso de la Ley de Atracción es que, en ese preciso instante, saca a la luz cualquier emoción que yo esté negando en mi interior; es una ley fantástica porque me otorga un poder

maravilloso para cambiar. Me da el poder de identificar todo aquello en mí que necesita cambiar, y puedo hacerlo en ese mismo instante.

Supongamos que enferma alguien a quien quiero; necesito recurrir a mi Ley de Atracción: “¿Qué está pasando en mi interior? ¿Qué sentimientos y emociones me provoca esto?”. Y debo permitirme procesar esos sentimientos y emociones. Si alguien a quien apreciaba fallece: “¿Qué siento en mi interior?”. Hay que trabajar en esos sentimientos. Siempre existe una emoción causal asociada a todos estos eventos. ¿Qué sucede cuando mi hijo me muestra ira? Ahí entra en juego mi Ley de Atracción: “¿Qué está pasando en mi interior?”. Debo examinar esas cosas. ¿Y si mi hijo llora desconsoladamente? “¿Qué estoy negando en mi interior que ha dado lugar a esta Ley de Atracción?”.

¿Te das cuenta de que, si todo se reduce a esto, adquieres un gran poder para cambiar? ¿Y no es eso lo más amoroso que puedes hacer por ti mismo? Así pues, si realmente me amo, amaré mi propia Ley de Atracción. La veré como algo hermoso y no intentaré eludirla.

Yo solía organizar mi vida dedicando al menos una o dos horas cada noche, antes de acostarme, a anotar todo lo que pensaba hacer al día siguiente. Luego escribía todo lo que creía que podría salir mal con esos planes. Y después también anotaba lo que haría para solucionar los problemas que pudieran surgir. Era una práctica casi religiosa para mí; vivía en un estado de terror y miedo profundos. Entonces, cada vez que hacía eso, ¿qué estaba haciendo? Simplemente intentaba eludir mi propia Ley de Atracción; podría haber desechado todo eso y haber dicho simplemente: “Que pase lo que tenga que pasar mañana, y sentiré lo que surja como resultado de los acontecimientos”. Y mi vida habría funcionado mucho mejor, pues muchas de las cosas que anotaba acababan ocurriendo; realmente terminaban sucediendo y tenía que arreglarlas. Y la mayoría de las veces intentaba solucionarlas pero no podía, pues, como pasa con muchos de nosotros, solo me ocupaba de los efectos. Lo único que hacía era lidiar con los efectos, tratando de sortear la situación, planificar y organizar mi vida para evitar mi Ley de Atracción.

Cuando empiezas a actuar de otra manera —amando tu Ley de Atracción—, piensas: “Soy un creador poderoso; todo lo que me sucede es resultado de mi Ley de Atracción; tiene que sucederme para que algo en mi interior sea sanado”. Entonces, realmente empiezo a ocuparme de eso. Una vez que alcanzo un estado en el que realmente amo eso, la Ley de Atracción me lleva al punto de haber liberado toda mi emoción causal; así, sin importar lo que me suceda, no habrá ningún efecto emocional en mí salvo el amor que emana de mi ser. Eso es lo que sucederá; y cuando eso ocurre estamos en unidad con Dios. Si oras pidiendo Amor Divino y lo recibes a través del proceso, entonces estarás en unidad con Dios en ese estado.

5.1. La Ley de Atracción es el mensajero de la verdad de Dios que nos da el poder de cambiar

Ves, la Ley de Atracción es el mensajero de la verdad de Dios para ti; actúa momento a momento en tu vida. En cada cosa que atraes a tu vida, Dios te está enviando un mensaje: “Aquí hay una pequeña emoción; ¿te das cuenta? ¿Ves esa pequeña emoción de ahí? Pues esa emoción debe salir de ti para que puedas tener una relación más cercana conmigo. Esa emoción... ¿ves esa emoción? ¡Oh, ha vuelto a ocurrir! Esa emoción ha vuelto a surgir, ¿lo ves? Esa emoción sigue apareciendo una y otra vez. Vaya, llevas así veinticinco años, ¿verdad? Ese es el tiempo que has querido aferrarte a esa emoción”. Esa es la Ley de Atracción de Dios, el mensajero de la verdad para ti, que te señala cada pequeña emoción a la que te aferras en cualquier momento dado. Es algo maravilloso, porque esta ley realmente te otorga el poder de transformar tu vida de una manera extraordinaria. Y, sin embargo, muchos de vosotros sentís pavor ante vuestra propia Ley de Atracción. ¿No veis que temer a vuestra propia Ley de Atracción solo genera más eventos regidos por ella? Así pues, aprende a amar tu Ley de Atracción; es algo verdaderamente poderoso.

5.2. Permitir que las emociones almacenadas fluyan a través de nosotros y salgan

Participante hombre: Me preguntaba algo: supongamos que estás experimentando una emoción

causal con la que acabas de conectar y estás llorando. He estado dándole vueltas a esto durante las últimas semanas porque existe la Ley del Arrepentimiento, pero tú mencionaste antes que podías estar llorando cuatro horas al día; entonces, ¿qué está pasando ahí? No logro entender por qué, si estás conectando con la emoción causal, esta no se resuelve al instante. Si Dios tiene el poder de hacer eso, ¿por qué no lo haría? ¿Y por qué sería necesario llorar durante cuatro horas? Porque yo observo en mí mismo que, cuando estoy inmerso en esas emociones, hay como diferentes facetas. No sabes si se trata de una emoción causal o no, pero vas pasando de una cosa a otra; tu intelecto te dice: “No valgo nada, nunca he valido nada”, y de repente surgen tres segundos de emoción intensa, para luego pasar a otra cosa y sentirte ligeramente diferente.

Imagina que, en un principio, las emociones fluyen a través de ti. Cuando eras niño, se debería haber permitido que las emociones fluyeran libremente; sin embargo, debido a lo que ocurrió con tus padres y a las interacciones con tu entorno, la escuela y todas esas otras cosas, no se permitió que ciertas emociones fluyeran. Así que se quedaron bloqueadas en distintos puntos, y esos puntos a menudo se corresponden con zonas específicas de tu propio cuerpo. De este modo, te encuentras con todos estos bloqueos que impiden el flujo de las emociones.

Si permito que mis emociones fluyan a medida que surgen, ninguna de ellas quedará almacenada en mi interior. Siempre reflejaré y sentiré la emoción, pero esta simplemente fluirá a través de mí de manera natural. El problema con estas emociones almacenadas es que acumulamos cientos de ellas, puesto que aprendimos a guardarlas durante la infancia. De hecho, un solo evento puede generar —como hemos ilustrado anteriormente— una gran cantidad de emociones distintas.

Así, es posible que alberguemos cientos de estos bloqueos; y cada uno de ellos actúa como una flecha de punta con púas clavada en el alma. Para extraer esa punta, es necesario experimentar la emoción, pues recuerda, lo que originó dicho bloqueo emocional fue que no se me permitía que mis emociones fluyeran a medida que surgían. Por lo tanto, es preciso que todas estas emociones fluyan; es ese flujo emocional lo que permite que Dios intervenga y extraiga eso.

Como bien señalaste, en un solo acontecimiento pueden generarse diez, veinte o treinta emociones distintas que no permitimos fluir porque, en aquel momento, no estaba permitido hacerlo. Como consecuencia, quedan almacenadas en el estado de nuestra alma; a partir de ahí se desencadenan otros sucesos que generan sus propias emociones reprimidas, acumulándose unas sobre otras. Así, en lugar de tener una única emoción de indignidad derivada de un solo evento, termino con una enorme acumulación de emociones en mi interior —provenientes de diversos sucesos—, que no pudieron fluir porque no me permití experimentarlas (generalmente debido a la influencia de mis padres o de mi entorno).

Supongamos ahora que nos encontramos en una situación en la que estas emociones empiezan a fluir; esa es precisamente tu situación actual, ¿verdad? Al comenzar a fluir estas emociones, ¿qué puede ocurrir? Te encuentras con toda esa acumulación de emociones en tu interior; tu alma se asemeja a ese cúmulo de emociones. Existe ese cúmulo de emociones que refleja un tipo específico de sentimiento, como la sensación de indignidad o lo que sea. Ahora bien, si todas esas emociones brotaran de ti simultáneamente, te resultaría muy difícil sobrellevar la situación o vivir esa experiencia. Por eso, lo que debe ocurrir es que tu alma se expanda: debe pasar de ese estado de contracción —en el que es incapaz de sentir tales emociones— a un estado en el que pueda crecer lo suficiente como para llegar a sentirlas y afrontarlas realmente.

5.2.1. Dios solo puede quitarnos aquellas emociones que estamos dispuestos a experimentar plenamente

Esto implica un proceso en el que dejamos salir parte de la emoción y nuestra alma se expande. El alma no puede expandirse sin que estas emociones fluyan desde nuestro interior, y esto depende en gran medida de nuestra voluntad.

Así que, mientras yo tenga la voluntad y permita que estas emociones fluyan, Dios puede venir y ayudarme en ese proceso. La razón por la que Dios no puede simplemente llegar, tomar

todas esas emociones y quitármelas es que mi alma necesita expandirse para poder experimentarlas. Por lo tanto, tiene que darse un proceso gradual en el tiempo: mi alma se expande, siento un poco más; mi alma se expande otro poco, siento un poco más —un poco más de esa misma emoción—.

En mi caso, he tenido heridas muy, muy profundas que necesitaban sanar, y una enorme montaña de emociones; a menudo pasaba cuatro horas llorando. Pero en esa única experiencia se trataba de una, dos, tres, cinco o diez emociones diferentes. Y aun así no se trataba de todas las emociones que siento con respecto a ese asunto en particular. Si eres más joven, como tú, verás que procesas esas emociones mucho más rápido, y que todas esas facetas surgen una tras otra, incluso en cuestión de minutos. A mí no me sucede tanto eso, porque tengo un cúmulo enorme de ellas y muchas más por experimentar. Es simplemente cuestión de permitirse atravesar ese proceso.

Participante: Entonces, cuando llegas a la emoción que causó el evento —mientras atraviesas esas capas—, ¿es necesario llorar durante mucho tiempo? ¿O se trata de decir: “Oye, ya estás en la causa, así que vamos a eliminarla”?

Dios puede eliminar cualquier emoción siempre y cuando estés preparado para sentirla en toda su intensidad. El problema es que la mayoría de nosotros no estamos preparados para sentirla plenamente y, por lo tanto, Dios no puede eliminarla. Él solo puede retirarla en la medida en que estemos preparados para sentirla. Así que todo depende de nuestra voluntad. Si nuestra voluntad permite todas nuestras emociones, y estamos preparados para vernos abrumados por ellas, entonces Dios puede eliminar una mayor parte de las mismas en ese primer proceso, por así decirlo.

En mi caso, tengo un gran cúmulo de emociones, una tras otra, y también poseo una larga serie de recuerdos asociados a emociones acumuladas a lo largo de una vida más extensa que la de la persona promedio. Como resultado, tengo mucho más que experimentar. Pero cuando permites que las emociones empiecen a fluir, lo que estás haciendo es dejarlas salir. Es nuestro libre albedrío —impulsado por el amor hacia nosotros mismos— lo que nos lleva a permitir que estas emociones fluyan y nos abandonen. Tan pronto como ejercemos nuestro libre albedrío, Dios puede trabajar con nosotros; si no ejercemos nuestra libertad para sentir esas emociones, Dios utiliza elementos externos para intentar desencadenarlas —siendo la Ley de Atracción el principal de ellos— con el fin de activar dichas emociones en nuestro interior.

Por lo tanto, la clave es comprender que Dios ciertamente puede tomar estas emociones y eliminarlas muy rápidamente. Tu pregunta también surge de la inquietud de algunos espíritus que se plantean por qué, al iniciar este proceso emocional, Dios no puede simplemente tomarlas y ocuparse de ellas. Dios ya está haciendo eso, pero su acción depende de que tú ejerzas tu propio libre albedrío; y este, a su vez, depende de cuánto estés dispuesto a expandirte emocionalmente.

5.2.2. Ir más allá de la ira para llegar a emociones más profundas

Participante hombre (el mismo): Otra cosa que me sucede es que siento mucha rabia y me digo: “Vale, estoy enfadado. Algo ha provocado esta gran rabia en mí. Quiero llegar a la causa de esto”. Pero no logro descubrirla. Entonces siento más enfado y más rabia, y empiezo a juzgarme: “No me gusta quién soy ahora, porque quiero resolver lo que está causando esto”, y ahí es cuando me frustro. Es como si a veces hubiera cosas dentro de ti que simplemente no se mueven, pase lo que pase.

Imagina que tu ira es una puerta. Detrás están tu duelo, tu miedo u otras emociones —como la vergüenza, que tu ira podría estar ocultando—. Estas son las emociones causales; la ira es la emoción que actúa como tapa, y la forma más rápida de llegar a tu aflicción de duelo es atravesar esa puerta. Pero lo que hace la mayoría es albergar muchas emociones de juicio respecto a la ira —como pensar que la ira no es espiritual, que Dios no te quiere si estás enfadado, o que serás castigado por ella—. ¿Cuántos de nosotros arrastramos esto desde la infancia? Nos castigaban cada vez que nos enfadábamos, así que, naturalmente, creemos que si sentimos ira, seremos castigados.

Podría decirse que existe un cúmulo de emociones que bloquean la ira misma. En tu caso, Josh, lo que ocurre es precisamente eso: hay muchas emociones que bloquean la ira; por lo tanto, en lugar de intentar llegar al duelo —o incluso, en tu caso, en lugar de tratar de experimentar la ira plenamente—, la clave está en sentir esos bloqueos. Reflexiona sobre qué sistemas de creencias tienes respecto a la ira. Descubrirás que provienen de tu infancia, una etapa en la que apenas se te permitía experimentar esa emoción. Permítete superar esos bloqueos atravesándolos.

Entonces la ira se hará presente; permítete sentirla como una puerta de acceso a tu duelo. Una vez que estés en ese estado, puedes desahogarte, empezar a golpear el saco y sentir la rabia y la ira en tu interior. Cuando sientas eso —y suponiendo que no haya bloqueos que impidan expresar la ira o la tristeza del duelo—, en cuestión de 20 o 30 segundos pasarás de la ira a esas emociones más profundas.

Muchos habéis visto recientemente cómo personas que proyectan ira hacia mí han estado enfadadas conmigo durante semanas o meses. Ellas no están permitiendo que esto mismo suceda en su caso; es decir, no se permiten pasar por la puerta de su ira para llegar a su pena. Así que existen ciertos bloqueos —creencias sobre la ira, creencias sobre la pena, etcétera— que también debemos trabajar para superar. Dios no puede ayudarnos específicamente con nuestras creencias sobre sentir la ira, salvo exponiéndolas a través de nuestra Ley de Atracción. Las Leyes de Dios ya nos ayudan a sacarlas a la luz, pero Él no puede quitárnoslas, porque conservarlas es nuestra elección; por eso bloquean: en realidad, son las cosas que hacemos para retener y, así, no afrontar las causas subyacentes. La clave, entonces, está en observar el área donde se encuentran nuestros bloqueos. Si sabemos que tenemos pena y sabemos que tenemos ira, pero no estamos experimentándolas realmente, es porque albergamos un conjunto de creencias que impiden que ese proceso ocurra. Pregúntale a Dios sobre esas creencias.

5.2.3. La Ley de Atracción cambia con cada faceta de la emoción causal que liberamos

Participante mujer: Quiero volver a lo que decía Josh sobre sentir la misma emoción y a lo que tú comentabas de que el alma debe expandirse para sentirla más a fondo. Entonces, si sientes la misma emoción todo el tiempo, ¿cómo sabes que es tu alma la que se expande y no que estás sintiendo emociones de autoengaño?

Bueno, si sientes una emoción de autoengaño, tu Ley de Atracción no cambiará; por lo tanto, te darás cuenta de inmediato de cuándo estás sintiendo emociones de autoengaño. Así que, si siento una emoción hoy y mi Ley de Atracción no cambia, y mañana siento esa misma emoción y mi Ley de Atracción sigue sin cambiar, entonces es evidente que continúo en un estado de autoengaño. Cuando siento aunque sea una pequeña parte de mi emoción subyacente, la Ley de Atracción cambia, y lo hace precisamente en función de cómo he gestionado dicha emoción. Por ejemplo, podrías estar lidiando con un sentimiento de indignidad en una situación concreta y descubrir que esa situación deja de ser atraída hacia ti.

Imagina que experimentas esa sensación de indignidad mientras conduces y la gente actúa como si no te viera constantemente; si tratas con esa emoción y, al volver a conducir, todos parecen notar tu presencia y nadie te saca de la carretera ni ocurre nada negativo, eso demuestra que has resuelto esa faceta específica de tu indignidad. Sin embargo, supongamos que tu sentimiento de indignidad está relacionado con tu sexualidad como mujer: esa parte seguirá activándose aunque hayas gestionado la otra emoción. Cada emoción posee su propio matiz y su propio “sabor”, originados por una serie de eventos particulares; por ello, debemos ser pacientes con nosotros mismos al atravesar nuestras emociones, pero también comprender que la Ley de Atracción cambiará automáticamente cada vez que abordemos una faceta de dicha emoción. La clave está en prestar atención a lo que sucede en nuestras vidas.

Lo que he descubierto por experiencia propia es que la Ley de Atracción ha operado cambios en un aspecto de mi vida pero no en otro; ha habido avances en una pequeña área, pero no en aquella otra. He tenido que prestar atención a esto para identificar qué estoy negando y qué estoy

intentando bloquear realmente en mi interior. Y siempre he descubierto que estaba bloqueando algo: un matiz específico de esa emoción que aún no estaba dispuesto a experimentar. En otras palabras, había algo en la naturaleza de esa emoción que yo mismo estaba obstaculizando. Así, sentía una parte de ella porque me permitía hacerlo, pero no sentía la otra parte porque no me lo permitía; es necesario tener paciencia con este proceso.

Muchos esperáis, por ejemplo, poder llegar a una emoción de indignidad y que esta simplemente salga a la superficie —como un bebé— y desaparezca por completo. Pero no funciona así, ya que la emoción de indignidad que llevas dentro ha sido generada por multitud de acontecimientos y situaciones diferentes. Cada situación lleva asociada una emoción reprimida, y estas experiencias han ocurrido con personas de distintos géneros y edades; existen todas estas creaciones diversas, por lo que tu emoción de indignidad puede tener, en sí misma, muchísimas facetas. Sin embargo, si eres humilde, y si valoras tu Ley de Atracción y la amas —es decir, si te amas a ti mismo—, descubrirás que todas esas facetas irán saliendo a la luz con el tiempo; y parte de amarse a uno mismo es tenerse paciencia. Así que sé paciente con el proceso.

Verás, muchos de nosotros albergamos una emoción causal que nos dice: “Tienes que arreglar las cosas hoy mismo”. Y si no lo logras hoy, piensas: “No vales nada, eres un inútil”. ¿Cuántas veces has sentido que te imponían esa emoción a lo largo de tu vida? Y, a menudo, somos nosotros mismos quienes nos imponemos esa emoción cuando recorremos el Camino del Amor Divino. Así que lo que debemos hacer es querernos más y permitirnos sentir todas estas cosas hermosas que suceden al acceder a nuestra emoción causal, pero siendo pacientes con nosotros mismos.

5.2.4. El ejemplo de la alergia de AJ al kiwi

Veamos otro ejemplo antes del descanso. Desde hace cinco o seis años sufro una reacción alérgica al kiwi. Antes de eso, podía comer kiwi y disfrutarlo tanto como quisiera, uno tras otro. De hecho, solía cortar unos diez y desayunarlos. Pero en cuanto descubrí quién era yo, por alguna razón dejé de poder comer kiwi.

¡Y no hay manera de averiguar la razón! No tengo ni idea de por qué ocurre esto con el kiwi. Me encantaba, pero ahora basta con comerme un trozo para que se produzca una especie de compresión de aire en el esófago; siento como si fuera a estallar. Todo ese aire queda atrapado ahí dentro, la garganta se me cierra y todos los músculos de la garganta se contraen. Imagino que así es como deben sentirse muchas personas cuando comen frutos secos o algo parecido. Nunca antes me había pasado; siento una presión terrible en la garganta y la sensación de que voy a partirme por la mitad; es una experiencia muy, muy dolorosa. Me ocurre cada vez que como kiwi por accidente. Durante un viaje que hicimos, sucedió, porque tomé una macedonia que llevaba trocitos de kiwi; pensé: “No pasará nada, ya habré tratado esa emoción”, pero al poco tiempo —en cuestión de dos minutos— entré en ese estado, en el que permanecí casi dos horas.

Aún no he encontrado la emoción causal de esto, así que, si alguien tiene alguna sugerencia, estaré encantado de escucharla. No tengo ni idea de por qué sucede, y solo me ocurre con el kiwi. Debe de haber surgido alguna conexión emocional, algo que ha cambiado en los últimos seis años, y no tengo ni idea de qué es. Es algo relacionado con una emoción sobre quién soy y se refleja ahí; no sé por qué está vinculado al kiwi y a nada más. Pero el kiwi, sin duda, provoca esto. Eso sí, otros alimentos también lo causan: si hablo de mi vida en el siglo I —o algo por el estilo— mientras estoy comiendo, entonces automáticamente surge el mismo problema, y entiendo esa conexión; pero el kiwi lo provoca de inmediato. Entonces, ¿cuál es la conexión inicial? Bueno, con el kiwi no existe lo que yo llamaría una conexión consciente.

Y esto es algo que a veces te sucede en tu propio proceso: te frustras mucho y te preguntas cuál es la conexión consciente. Simplemente no tengo ni idea de qué es, así que lo que he tenido que hacer es armarme de paciencia con el asunto, permitirme seguir reflexionando al respecto; rezo mucho sobre ello y medito sobre el tema, y sé que tarde o temprano llegaré a la respuesta. Pero ¿sabes cuál es el verdadero problema? El problema real es que debo de tener un bloqueo importante

en cuanto a descubrir de qué se trata, porque esto lleva ocurriendo seis años y todavía no he averiguado el motivo. Así que, en realidad, el problema es que tengo un bloqueo emocional para descubrirlo; probablemente ni siquiera quiera saber de qué se trata.

Participante: Hace un momento dijiste: “Cuando me di cuenta por primera vez de quién era, tuve esta reacción”. Así que tal vez exista un vínculo: quizás estabas comiendo en exceso o que hubo algo en el kiwi que te hizo atragantarte, o algo así, en ese mismo momento, ya que mencionaste que sentiste el mismo dolor que el de la época del primer siglo. Entonces, ¿qué ocurrió simultáneamente en relación con el kiwi?

No lo sé.

Participante: Esos dos hechos están definitivamente relacionados.

Definitivamente. Eso lo sé con certeza.

Participante: Y obviamente están vinculados desde esa etapa tan temprana; seguramente se conectaron un día, al principio de esa etapa.

Exacto, pero no sé qué es.

Participante: Pero no tiene por qué ser ira, miedo, terror ni nada por el estilo. Puede tratarse simplemente de esa vez, y de esa conexión; pero que tuvieras ese dolor se debería al primer siglo, no al kiwi en sí; tú le atribuiste la culpa al kiwi, y el problema sigue ocurriendo con el kiwi. ¿Estarías de acuerdo en que ese podría ser el caso?

Creo que cualquier cosa es posible. Simplemente no sé qué es. El asunto con todas estas cosas es que todo es emocional. Así que puedo hacer todo este trabajo intelectual, como lo que acabas de hacer conmigo —y que yo mismo he hecho una y otra vez tratando de descifrar de qué se trata todo esto—. He hablado con María sobre el tema y demás; pero a fin de cuentas, sigo sin encontrar la respuesta. ¿Acaso quiero la respuesta? No.

Así que esto es lo que debo comprender: que no me estoy amando a mí mismo en este aspecto porque no quiero la respuesta, y debo trabajar en este asunto hasta amarme lo suficiente como para conocer esa respuesta. Y cuando lo haga, encontraré la respuesta y la emoción fluirá poco después. Sé que se trata de una emoción de gran intensidad, porque esa tensión en la zona de la mandíbula y la garganta está directamente relacionada con el hecho de contener el duelo. Cuando asistes al funeral de un amigo, de tu mejor amigo, de un hijo, de un padre o de alguien cercano, y tratas de reprimir el dolor, sientes un sufrimiento terrible en toda la mandíbula al intentar contenerlo; ese es exactamente el tipo de dolor que experimento al comer kiwi. Por lo tanto, sé que guarda relación con algún duelo profundo, aunque todavía no he descubierto de qué se trata exactamente. Debe de haber algo muy arraigado en mi interior —un miedo a afrontar la naturaleza de ese sentimiento— con lo que necesito lidiar.

Leyes que gobiernan el amor por uno mismo: Parte 2

6. Las emociones de AJ relacionadas con la falta de amor por uno mismo

Estas sesiones son realmente importantes para mí porque sacan a la luz muchas de mis propias emociones mientras hablo. Así que lo que intento hacer durante el descanso es sentir lo que percibo de la audiencia y también lo que ocurre en mi propio interior. Es fundamental para mí poder hacer eso, mantenerme conectado conmigo mismo y luego realizar la segunda mitad de la sesión.

Las emociones que he percibido hasta ahora en la audiencia reflejan una profunda resistencia al amor por uno mismo. Muchos de los espíritus que nos rodean también sienten una

profunda resistencia a amarse a sí mismos. Podría hablar de algunas de las justificaciones de por qué tenemos tanta resistencia a amarnos. Una de las principales es la justificación de: “Estoy ayudando a alguien”. Obviamente, la razón por la que vengo a dar estas charlas es que quiero ayudar a la gente; por lo tanto, surge en mi interior un sentimiento que dice: “Muy bien, estas personas necesitan ayuda y quiero ayudarlas”. Y luego se acerca más gente pidiendo ayuda, y más gente pidiendo ayuda, y todos quieren ayuda personal. Todos creen que nunca antes he oído hablar de su situación; pero, imagínate dos mil años de existencia y entenderás que uno ha oído hablar mucho sobre los diversos grupos de emociones de la gente. Así que es muy poco probable que no haya oído hablar de tu problema específico.

Y todas las verdades que se enseñan son aplicables a todos estos asuntos. Son verdades universales, en el sentido de que se ajustan a cualquier situación, aunque, por supuesto, la mayoría de la gente no lo cree así; creen que su situación tiene algo único, algo que hace que esa ley, esa idea o ese concepto en particular no se aplique a ellos. Pero la verdad es que las Verdades de Dios se aplican a todos los casos por igual; eso es lo que debemos tener presente. Sin embargo, el problema es que siento el deseo de ayudar. Así que empiezo a ayudar: ayudo a una persona, luego a la siguiente... y, para ser sincero, no podré hacer eso con seis mil quinientos millones de personas. Y, para ser sincero conmigo mismo, necesito dejar de hacerlo pronto; de lo contrario, terminaré agotándome. Esa sensación de “estoy ayudando a alguien” hace que me aleje de amarme a mí mismo. Eso también sucede mucho en vuestro caso, ¿verdad? Cuando piensas en cuántas veces te ves arrastrado a ayudar a alguien —algo que te agota y te deja vacío— y luego te das cuenta: “Vaya, es porque otra vez no me estoy amando a mí mismo; estoy intentando hacer demasiado por otra persona”. Y a menudo justificamos la idea de que amar es ayudar a alguien, por lo que seguimos por esa ruta pensando: “Muy bien, estoy actuando con amor hacia ellos”, pero en el proceso nos sacrificamos a nosotros mismos. Y recuerda que dije que, si te sacrificas, no estás actuando con amor ni hacia ti ni hacia la otra persona.

Luego hay otras cosas que también estoy atravesando personalmente; estoy trabajando en superar ese sentimiento de indignidad del que hablaba antes, y una faceta de este sentimiento es la sensación de no ser ni de lejos tan capaz como solía ser. Muchas personas experimentan esta emoción al envejecer. A medida que cumplimos años —cuando tenemos 60, por ejemplo— ya no somos aquel joven de 20 años capaz de hacer todas esas cosas y saltar vallas; ahora somos personas de 60 años con limitaciones físicas, y sentimos que ya no somos quienes solíamos ser. Esto despierta muchas emociones al respecto, incluidas emociones de la infancia relacionadas con la idea de: “No eres la persona que tus padres querían que fueras”. Así que, en este momento, recibo muchas proyecciones —tanto del mundo espiritual como del plano terrenal— que me señalan que no soy la persona que los demás esperan que sea. Quizás la mejor forma de expresarlo sea decir que, cuando se encuentran con Jesús, quedan profundamente decepcionados.

Hace dos semanas nos alojábamos en casa de Mónica, y ella decidió realizar una sesión de canalización una mañana. Así que llevamos a cabo la sesión y se presentó un grupo de cuatro espíritus del siglo I. Eran cuatro espíritus que habían sido amigos míos en aquella época y se consideraban mis discípulos; durante la canalización se dirigían a mí como “Maestro”, tal como lo hacían en el siglo I. Lo cierto es que estos cuatro espíritus habían permanecido en los infiernos durante los últimos dos mil años. Sucedió que, cuando inicié una relación con María en el siglo I, muchas personas de mi entorno proyectaban expectativas sobre cómo debía comportarme; a sus ojos, mantener una relación con una mujer suponía rebajarme. Y, dado que consideraban que María no era una mujer lo suficientemente buena para mí, también dirigían muchas proyecciones negativas hacia ella. Y, en su ira y su rabia, finalmente dejaron de seguirme en el siglo I y han permanecido en ese estado de ira y rabia desde entonces. En su ira y su rabia, también le hicieron mucho daño a María e instigaron acciones muy perjudiciales en su contra, incluso en relación con los sucesos de su muerte. Así pues, estos espíritus albergaban una gran rabia, y una de las emociones más intensas que sentían era que yo no era suficiente para ellos, ya que no hice lo que esperaban.

Muchos de vosotros ya habéis experimentado esa emoción conmigo, cuando no actúo ni soy

como esperáis, lo cual os genera dudas y otras emociones. Yo también siento que ya no soy ni de lejos tan capaz como solía ser, y eso desencadena dicha emoción. Es una emoción que necesito procesar, y en ello sigo trabajando. Lo que suele ocurrir con esta emoción es que no me trato con amor; intento dar demasiado y, como resultado, me siento bastante agotado. Luego llego a casa pensando que lo he superado —y por lo general realizo un considerable trabajo emocional—; aunque voy mejorando poco a poco respecto a esa emoción, el grado de mi sensación de indignidad es extremo. Si pudieras imaginar el estado de la vigesimosegunda esfera⁷ (y, para ser franco, ninguno de vosotros puede imaginar aún lo que eso significa) y visualizar el contraste entre estar en ese estado y venir a la Tierra para estar en este otro, comprenderíais el grado de mi indignidad, que surge precisamente de ese contraste. Ha sido algo abrumador para mí, en ocasiones, y me resulta difícil gestionarlo emocionalmente. Siento un profundo pesar por lo que he perdido —no solo lo externo, sino también lo que he perdido en mi interior—, por lo cual he estado intentando trabajar intensamente en esas emociones. El problema es que, a menudo, me expongo a situaciones bastante desamorosas y recibo una avalancha de acciones desamorosas. Y entonces tengo que llegar a casa y llorar por haberme hecho eso a mí mismo. Así pues, todavía albergo muchas emociones relacionadas con este sentimiento de indignidad; sin embargo, ahora lo veo como algo positivo, ya que estoy llegando a tocarlas —algo que no conseguía hacer durante muchos años—.

6.1. Proyecciones de ira hacia AJ por parte de espíritus en los infiernos

Imagina también que hay millones y millones de espíritus cristianos que, en realidad, se encuentran en los infiernos del mundo espiritual. Están allí no porque intelectualmente desconocieran la verdad, sino porque emocionalmente no la pusieron en práctica. Por ejemplo, albergaban emociones de ira que proyectaban sobre otras personas. Muchos, muchísimos cristianos fueron a la guerra y la justificaron basándose en la Biblia. Muchos cristianos se entregaron a prácticas religiosas intensas y dogmáticas; sin embargo, en su afán de firmeza y dogmatismo, causaron daño a muchas personas de su entorno, llegando incluso a condenarlas o a quemarlas en la hoguera. Si visualizas todo esto a lo largo de la historia —desde el siglo III hasta la actualidad—, podrás imaginar cuántos cristianos habrían participado en tales acciones durante un periodo de casi dos mil años. Por ello, muchos de ellos llegan al mundo espiritual en un lugar bastante triste y sombrío; pero no por ser cristianos, sino debido a las acciones carentes de amor que cometieron contra el prójimo. Al morir, esperan estar junto a Jesús, cerca de Dios, en el cielo. ¿Puedes imaginarlo? Uno comete estas acciones justificándolas como actos realizados para Dios, y luego, al pasar al mundo espiritual, se encuentra en los infiernos. No está junto a Dios como esperaba, ni ha visto a Jesús en todo el tiempo que lleva allí, hasta que, de repente, Jesús aparece en la Tierra y uno reconoce que es él. ¿Pueden percibir cuánta ira podría haber dirigida hacia mí?

Así que hay mucha ira dirigida hacia María y hacia mí —pero especialmente hacia mí— debido a la sensación de que soy el culpable de su situación actual. Ellos sienten que hice y dije cosas que nunca se materializaron; y, por supuesto, nunca pudieron materializarse para ellos porque no las ponían en práctica: las creían con la mente, pero no las sentían en el corazón. Y, al crearlas

7 En años posteriores él corregiría este dato para cambiarlo por el número 36, como vimos en las transcripciones de otros talleres. Estos datos no son tan relevantes para nosotros —en nuestro estado por lo general tan bajo—.

Estos números en general —y en particular en el caso de los que son tan altos como el 36— denotan la división entre las “esferas”. Los números reflejan pues las transiciones que se darían en el mundo espiritual. En el Reino Celestial (que es el ámbito de la esfera 8 y de las esferas más allá de esta) no parece tener lugar de la misma manera el fenómeno de la “transición” entre las esferas, en comparación con lo que sucede en las transiciones entre las primeras esferas. Es decir, el concepto de la división entre esferas parece ser diferente en el caso más elevado con respecto a las seis primeras esferas.

En los mensajes o cartas de Padgett vemos que algunos espíritus dicen que, en el caso de las esferas del Reino, es como si estas no fueran susceptibles de numeración, o no tan susceptibles. Quizá se trate de que están “separadas” de otras maneras; quizá el referente ya no es tanto el espacio físico, como sí parece que sucedería en el caso de las primeras seis esferas. Y, recordemos: es a partir de la esfera 8 donde empieza el llamado Reino Celestial, de unidad con Dios, que es en realidad el estado de “resurrección”, el cual podemos alcanzar incluso estando encarnados en la Tierra —cosa que por ahora solo Jesús habría alcanzado estando todavía encarnado—. (N.d.T.)

solo con la mente y no sentir las en el corazón, no las llevaban a la práctica. De hecho, practicaron muchas cosas bastante perjudiciales y, como resultado, llegaron al mundo espiritual en un lugar bastante sombrío. Sin embargo, albergan muchos sentimientos de culpa y de ira dirigidos específicamente hacia mí; así que, si puedes, imagina a millones y millones de espíritus en ese espacio.

Además, a lo largo de la historia, estos cristianos han causado mucho daño a otras creencias religiosas; esto comenzó poco después de mi partida. Empezaron a producirse guerras entre quienes decían seguirme a mí y aquellos que profesaban creencias paganas. Como consecuencia, muchas facciones de otras religiones —dispuestas a recurrir a la violencia— sintieron que los cristianos eran los agresores contra ellos y, naturalmente, consideran que yo tengo cierto grado de responsabilidad en eso.

Así que no solo tengo grupos de espíritus cristianos que sienten una gran rabia e ira hacia mí, sino también un grupo de espíritus que históricamente no eran cristianos y que igualmente se encuentran en un estado de rabia e ira contra mí. Y, por si fuera poco —si la carga emocional de toda esa ira proyectada no bastara—, existe otro grupo de personas que formaron parte de nuestra existencia en el siglo I; debido a sus bloqueos emocionales, nunca afrontaron las emociones de las que hemos estado hablando y, como resultado, acabaron sintiendo mucha ira y resentimiento, intentando deliberadamente hacer muy difícil mi vida y la de cualquiera que estuviera relacionado conmigo. Así pues, estos seres llevan siglos —los últimos dos mil años— intentando perjudicar a cualquier persona que esté asociada conmigo; por eso, lamento si habéis empezado a recibir parte de esa proyección.

6.2. Influencia negativa de los espíritus sobre las personas que practican la Verdad Divina

El problema radica en que existe una gran cantidad de espíritus en el mundo espiritual con un interés directo en que no sigas la verdad ni la practiques. El interés que tienen en esto se debe a que, si practicas la verdad y tu luz resplandece ante los demás, ellos perderán su nivel de influencia y control sobre la Tierra; y es ese nivel de influencia y de control sobre la Tierra lo que los lleva a querer seguir haciendo el daño que causan al planeta y a sus habitantes. Sienten que están disfrutando de ello. Por consiguiente, cualquier persona que empiece a defender la verdad y el amor comenzará a recibir algún tipo de ataque desde el mundo espiritual. Ahora bien, si recordamos esto en todas nuestras interacciones —tanto entre nosotros como con los demás— y asumimos la responsabilidad de nuestras emociones, realmente sentiremos nuestras propias emociones ante esa sensación de ataque. Si no lo hacemos, sentiremos el impulso de contraatacar. Así pues, cuando alguien te ataque, a menudo sentirás deseos de devolver el ataque; mi sugerencia es que realmente te hagas cargo de tus emociones, porque si no lo haces en esa situación concreta, te colocas en una posición en la que estos grupos de espíritus —que permanecen en lugares muy oscuros del mundo espiritual— pueden influir enormemente en tu propio progreso hacia Dios.

Y recuerda que aquí en la Tierra podemos degradar nuestra condición con bastante rapidez (y, por cierto, también es posible degradar la condición en el mundo espiritual). Imagina que llegas al mundo espiritual sintiendo ira y resentimiento hacia los demás y, de repente, tienes vía libre para hacerle algo a alguien en la Tierra —y sin que esa persona siquiera se dé cuenta—; te sentirás fuertemente impulsado a dañar a esa persona y a utilizar cualquier medio a tu alcance para perjudicarla. Obviamente, eso va a deteriorar aún más tu condición. Así que existe todo un grupo de espíritus en el mundo espiritual que aún no han cesado en sus actos malvados.

6.2.1. El amor, la verdad y la humildad nos protegen de la influencia negativa de los espíritus

Si logras comprender que, desde una perspectiva espiritual, lo único que necesitamos hacer es actuar en armonía con la verdad y el amor, y sentir todas nuestras propias emociones —es decir, centrarse en esos tres aspectos: humildad, verdad y amor, que menciono constantemente—, entonces esos espíritus no podrán influirte negativamente de ninguna manera a largo plazo. Sin embargo, en

cuanto niegas la expresión de cualquiera de esas cosas: la verdad, el amor, y la humildad —o asumir todas tus emociones—, te expones al control externo. Y, por cierto, esto incluye el control externo tanto de personas en la Tierra como de personas en el mundo espiritual.

Soy consciente de que, en este preciso momento, muchos de vosotros estáis bajo una gran presión externa; dicha presión no se debe únicamente a vuestra propia condición emocional, sino a la existencia de un grupo de espíritus en el mundo espiritual que se oponen rotundamente a que algo así suceda en la Tierra, y que harán todo lo posible por influir en vosotros o en otros para haceros daño. Debéis entender que esto también está bien, ya que a través de este proceso trabajaréis en vuestras emociones. A largo plazo no será algo perjudicial para vosotros; sin embargo, es importante comprender que cada vez que caéis en un estado de ira y resentimiento, os estáis haciendo daño a vosotros mismos y estáis atrayendo directamente a cualquier otra persona que se encuentre en ese mismo estado.

Menciono esto porque mis amigos espirituales de hace dos mil años han actuado así durante dos milenios. Podemos caer fácilmente en esta dinámica durante mucho tiempo si no tenemos cuidado: no asumir nuestras propias emociones y justificar nuestra ira, resentimiento y otros sentimientos hacia otra persona por lo que haya hecho; y no importa si la persona actuó por error o en base a la verdad; en cuanto entro en ese estado mental, me pongo en un estado completamente vulnerable.

Una de las cosas que nos afecta a María y a mí es que nos preocupamos mucho por nuestra seguridad personal cuando estamos en estas situaciones —y es una emoción que debemos tratar—, porque efectivamente recibimos gran parte de esa ira proyectada y, en ocasiones, esta llega a manifestarse de forma bastante violenta —aunque la persona no llegue a ejercer violencia física, sin duda prefiere ejercer esa violencia si puede salir impune—. Por lo tanto, nos vemos obligados a lidiar con los miedos y otras emociones internas que estas situaciones desencadenan. No obstante, vosotros podéis hacer lo mismo: no necesitáis atacar a la otra persona en respuesta; basta con que asumáis vuestras propias emociones. Recuerda que, en el marco de la Ley del Deseo y el Libre Albedrío, la Ley de Causa y Efecto y la Ley de Atracción, hacerse cargo de las propias emociones constituye un acto de amor hacia uno mismo. Es, prácticamente, la mejor manera de amarse a uno mismo, aparte de recibir el Amor Divino. Obviamente, anhelar el Amor Divino de Dios es, en última instancia, la mejor forma de amarse, y eso os ayudará en todos los demás aspectos; pero no podéis sentir cómo el Amor de Dios entra en vosotros a menos que realmente asumáis y sintáis todas vuestras emociones; por eso es un factor tan importante.

Lo que yo mismo he estado intentando hacer es trabajar para superar esos grupos de emociones relacionadas con la indignidad y con los grupos de emociones que rodean la cuestión del amor por uno mismo. Intento ser cada vez más amoroso conmigo mismo. La palabra clave aquí es “intentar”, en mi caso; y la razón es que aún no he logrado identificar plenamente la emoción subyacente que causa que todavía sienta una falta de amor hacia mí mismo; este es el mismo problema que muchos de vosotros afrontáis. Muchos afrontan este tema del amor por uno mismo: sabemos intelectualmente que debemos amarnos más, pero persiste en nosotros una emoción que dice: “No valgo la pena”, “no tengo valor” o “a nadie le importo”; son todas esas emociones las que aún llevo dentro, y son precisamente esas las que deben salir de mí antes de que pueda alcanzar un estado en el que sea realmente capaz de amarme plenamente.

Debido a esto, resulta sumamente difícil avanzar desde una condición de pecado hacia una condición de unidad con Dios, ya que uno de los mayores desafíos que debemos abordar es el siguiente punto que quiero tratar: la Ley del Perdón.

7. La Ley del Perdón

7.1. Perdonarnos a nosotros mismos tal como Dios ya lo ha hecho

Una de las cosas que he tenido que aprender —y en cuyo proceso aún me encuentro— es a perdonarme por no haber sido la persona que quería ser o que siento que debería ser. Muchos de vosotros necesitáis hacer lo mismo: perdonaros por todas aquellas cosas del pasado con las que no

os sentís contentos. Verás, parte del proceso de perdonarse uno mismo consiste en sentir todas las emociones propias relacionadas con el pasado. La mayoría de estas emociones no las hemos sentido; las hemos negado, reprimido, controlado y ocultado en nuestro interior. Y lo que debemos hacer es sentir esas emociones, pues eso forma parte del proceso de perdonarnos a nosotros mismos. La mayoría de nosotros, al recorrer este camino, aprendemos a perdonar a los demás antes que a nosotros mismos; sin embargo, la realidad es que, hasta que no nos perdonamos a nosotros mismos, no podemos perdonar verdaderamente a nadie. Por eso, lo que te sugiero —y es algo que yo mismo intento poner en práctica— es que hagas una lista de todo aquello que te decepciona de ti mismo, de todo lo que te hace sentir profundamente descontento o avergonzado, y de todas aquellas situaciones en las que sientes que has actuado mal o te has comportado de forma terrible con los demás. Simplemente reúne todo eso y permítete hablar con Dios sobre ello; permítete atravesar el proceso de perdonarte a ti mismo por esas cosas.

Al hacer esto, sentirás una gran carga emocional; a menudo, las emociones más intensas que yo mismo he tenido que procesar han sido aquellas relacionadas con la percepción de lo “malo” que soy. Y para muchos de vosotros sucede lo mismo. En muchos casos, lo que realmente impide que el Amor Divino entre en vosotros con toda su plenitud es la incapacidad de hacer lo que Dios ya ha hecho por vosotros: perdonaros. Dios lo hizo en el mismo instante en que cometiste cualquiera de esas acciones. Sin embargo, tú no has logrado perdonarte a ti mismo, y, por lo tanto, te aferras a la vergüenza.

Y cuando uno se aferra a algo como la vergüenza, basta con un simple pinchazo —que alguien te clave una aguja y diga: “Aquí tienes, siente esta vergüenza”— para que reacciones violentamente, porque acaban de exponer tu vergüenza. Pero si te hubieras perdonado por tu propia vergüenza, ¿reaccionarías con violencia? No. Si te amaras a ti mismo, ¿te molestarías porque alguien sacara a la luz una de tus emociones? ¿Te culparías porque la Ley de Atracción siga atrayendo basura a tu vida? No. ¿Ves cómo el acto de perdonarse uno mismo puede llegar a ser algo sumamente poderoso?

La mayoría de nosotros evitamos perdonarnos por diversas razones, pero una de las principales es el profundo daño emocional recibido en la infancia por parte de nuestro entorno, que nos hizo creer que éramos “malos”: “Nunca llegarás a nada”, ese tipo de sentimientos; “nunca serás tan bueno como aquella persona”. Casi todo en esta vida gira en torno a la competencia. ¿Recuerdas los días de deportes en la escuela? ¿Cuántos ganasteis realmente alguna prueba? Y, los demás, ¿cómo se sentían cuando otros ganaban? ¿Os sentíais tan bien como los demás, o peor? Muchos de nosotros nos sentíamos peor.

La idea misma de la competencia consiste en crear una distinción donde alguien es peor que otro. Establecer quién es el mejor implica automáticamente que hay alguien que no lo es. Así, terminamos cargando con todo un cúmulo de sentimientos internos al sentir que no somos tan buenos como queríamos ser, y nos castigamos cada vez que no logramos lo que creemos que deberíamos haber logrado. Como resultado, entramos en un estado en el que somos incapaces de perdonarnos a nosotros mismos. Cargamos con el peso de lo que deberíamos haber sido, algo que nos afecta constantemente en cada cosa que hacemos. Y, por supuesto, la Ley de Atracción entra en juego para sacar a la luz esa emoción; así, nos encontramos con múltiples situaciones que nos dicen: “No eres lo suficientemente bueno”, una y otra vez. Esto sucede porque nos negamos a sentir esa emoción y a atravesar el proceso de perdonarnos por no haber sido tan buenos como creíamos que debíamos ser. O, en el fondo, por no haber sido tan buenos como nuestro entorno o nuestros padres esperaban que fuéramos; ahí es donde realmente se origina todo. Así que, al igual que vosotros, estoy trabajando en aplicar esta Ley del Perdón: perdonarme a mí mismo por no ser la persona que fui en otro tiempo.

8. La Ley de la Misericordia

Esto nos lleva a la siguiente parte de esta ley del amor: la Ley de la Misericordia.

El perdón y la misericordia están estrechamente vinculados. Voy a leer la definición que incluí en el esquema del seminario: la misericordia —o gracia— es mi decisión de comprender, al soltar las emociones, que he sido perdonado a pesar de haber pecado contra Dios, contra los demás y contra mí mismo, siempre y cuando haya demostrado arrepentimiento. Por tanto, puedes ser misericordioso contigo mismo. Una persona que practica la misericordia consigo misma no se juzga por haber tardado veinticinco años en llegar a un punto al que podría haber llegado en tres meses. No se juzgan a sí mismos por ello, pero es posible que experimenten ciertas emociones al respecto; tal vez necesiten llorar por ello y, al hacerlo y liberar esas emociones, sentirán compasión hacia sí mismos. No es fácil ser compasivo con los demás si no lo eres contigo mismo; ¿entiendes por qué? Si retengo emociones internas que me impiden perdonarme, siendo consciente de mis actos pasados pero incapaz de dejarlos atrás porque siento que me juzgo constantemente por ellos, ¿crees que podré perdonar fácilmente cuando alguien me haga algo? Será muy difícil, ya que ni siquiera soy capaz de soltar lo que me he hecho a mí mismo. Por lo tanto, estas dos cualidades son fundamentales a la hora de permitirte sentir amor por ti mismo.

Participante mujer: Quizás sea una pregunta tonta, pero... a nivel intelectual, cuando estás pasando por una situación difícil, ¿cómo logras perdonarte emocionalmente?

Te perdonas emocionalmente al sentir las emociones relacionadas con estas cosas. Por ejemplo, si siento una profunda sensación de vergüenza personal por algo que ocurrió cuando tenía siete años y me sorprendieron tocando la vagina de una niña —si hubo un pequeño juego sexual entre otra niña y yo, y me descubrieron haciéndolo a esa edad, tras lo cual recibí todas esas terribles proyecciones de vergüenza e ira por parte de ambos padres—, lo que ellos hicieron fue bloquear esa emoción en mi interior. Para perdonarme, lo que necesito hacer es sentir esa emoción; cuando me permito sentirla, puedo pedirle a Dios que la disuelva; y cuando me puedo permitir sentirla, me estoy perdonando a mí mismo.

De hecho, en los Mensajes de Padgett se dice que el perdón es la cualidad del olvido; esto significa que realmente serás capaz de recordar cada acontecimiento de tu vida sin sentir vergüenza personal por ello, pues te has perdonado a ti mismo. Todos hemos hecho cosas que no nos agradan o de las cuales nos avergonzamos. Cuando nos perdonamos, sentimos la emoción asociada a ellas; y cuando esa emoción desaparece, te encuentras en un estado en el que puedes recordar el suceso sin conservar en tu interior la emoción asociada al mismo. Ese es el momento en que te has perdonado.

8.1. Arrepentimiento y Gracia

Por supuesto, Dios puede ayudarte enormemente en este proceso de perdón. Cuando desees que el Amor de Dios entre en ti y además estás dispuesto a sentir las emociones derivadas de cualquier cosa que hayas hecho, te encuentras en un estado de arrepentimiento; y el arrepentimiento forma parte del proceso para recibir la gracia. Así, en el Camino del Amor Divino, puedes llegar a olvidar la emoción con gran rapidez.

En el camino del amor natural no es posible olvidar la emoción rápidamente. Tendrás que llegar al punto de olvidar aquello que has creado, y eso puede llevar cientos o incluso miles de años en algunos casos. Imagina que asesinaste a alguien; piensa en cuánto tiempo eso rondaría tu mente y afectaría tus emociones. Ocuparía tus pensamientos y emociones durante un largo periodo, ¿verdad? Pues bien, si recorrieras este proceso siguiendo la vía del amor natural, tendrías que llegar a un punto en el que pudieras recordar el suceso sin sentir ya la carga emocional asociada a él; y no me refiero solo a tu propia emoción, sino también a las emociones de las personas a las que dañaste: eso es la Ley de Compensación.

Sin embargo, en la vía del Amor Divino, puedes conectar con lo que sientes respecto al suceso, hablar con Dios sobre esos sentimientos y permitirte experimentar las emociones. Entonces, el Amor de Dios puede intervenir y eliminar el recuerdo emocional del acontecimiento. Así, puedes llegar a un punto en el que, en cuestión de una semana, ya no sientas vergüenza por muchas de esas

cosas que antes te avergonzaban; de hecho, serás capaz de hablar de ellas abiertamente cuando ayudes a los demás.

8.1.1. El ejemplo de Lutero

Permíteme ofrecerte algunos ejemplos al respecto. Muchos habéis oído hablar del fundador de la fe luterana, Lutero, ¿verdad? Pues bien, cuando Lutero estaba en la Tierra, albergaba muchas emociones hacia las mujeres que resultaban muy, muy perjudiciales. Quizás no tan dañinas como algunas de las enseñanzas de la Iglesia Católica, pero aun así muy perjudiciales. Al fallecer, obviamente se dio cuenta en algún momento de que había proyectado todo aquello sobre miles y miles de mujeres que habían leído sus escritos. Imagina, haber hablado de un género de manera terriblemente despectiva y haber enseñado a miles y miles de hombres a sentir lo mismo hacia sus mujeres, y a miles y miles de mujeres a creer que eran inferiores al hombre. Imagina cómo te sentirías con esa emoción pesando sobre ti.

Entonces, Lutero necesitaba entrar en un estado de arrepentimiento: sintió esa emoción y habló de ello con Dios para que Dios pudiera ayudarlo en el proceso de liberarse de dicha emoción. Y cuando la liberó, ahora, él es uno de mis amigos espirituales en el mundo de los espíritus, en el Reino Celestial; sabe que estoy hablando de él y dice: “Todo lo que él dice sobre mí es cierto. Así era yo”, pero ya no guarda ningún daño emocional al respecto en su interior.

Así que, al final, puedo hablar de cualquiera de vosotros, y vosotros podéis hablar de mí tanto como queráis, y podéis decir todas esas cosas terribles sobre mí (algo que la gente ya está empezando a hacer); pero si yo me encuentro en un estado de perdón hacia mí mismo, lo que digan de mí —aunque sea verdad— ya no me resultará hiriente.

Es una posición muy poderosa: encontrarse en un estado en el que cualquiera puede decir cualquier cosa sobre ti, ya sea verdad o mentira, sin que ello tenga ningún efecto emocional en ti. Y si es verdad, puedes decir: “Es cierto, hice eso”, tal como dije yo hace un momento. Dije que le di 21 cachetes a mi hijo; de hecho, conté cuántas veces; así es como lo sé, recuerdo haber contado las veces. Y simplemente pensé que se trataba de su terquedad. Pensé: “Ahí está mi hijito de dos años y medio; es simplemente alguien obstinado y no lo entiende”. Esa era la emoción que sentía. Y puedo hablar de esa emoción; y si todavía experimento algún sentimiento al respecto, es porque no me he perdonado por lo que hice. Cuando me perdona por lo que hice, ya no sentiré nada al respecto. Y no digo que esto implique negar tu estado emocional, porque es imposible negar tu estado emocional si eres sincero. A lo que me refiero es a que se trata de un estado real una vez que logras sentir algo respecto a los sucesos ocurridos.

8.2. Sentir remordimiento activa automáticamente la gracia de Dios

Participante hombre: Supongamos que estás atravesando un duelo por algún asunto y sientes remordimiento al respecto. ¿Surgen automáticamente la misericordia y el perdón? ¿No hace falta pensar: “Será mejor que me centre en perdonarme ahora”? ¿Es algo automático en lo que no necesitas concentrarte?

Sí, así es. Si hablas con Dios durante el proceso, ocurre de forma automática. La razón por la que sucede automáticamente es que nuestra alma y las Leyes de Dios están constituidas de tal manera que, al entrar en un estado de arrepentimiento, activamos automáticamente diferentes partes del Alma de Dios. Activamos la gracia automáticamente con el simple hecho de sentir remordimiento en nuestro interior; activamos automáticamente estas emociones provenientes de Dios.

Es algo así como si tuvieras un hijo y este hubiera pateado a otro niño; seguramente desearías que lamentara lo que hizo, y que comprendiera todo lo sucedido y los motivos, ¿verdad? Y también desearías que no volviera a hacerlo nunca más. Imagina ahora que tu hijo llegara a esa conclusión, resolviera el asunto por sí mismo, y que estuviera dispuesto a hacer eso; ¿qué sentirías por él? Sería algo maravilloso, ¿no es así? Sentirías un orgullo y un amor fantásticos hacia ese hijo.

Pues bien, eso es lo que siente Dios por ti cuando haces lo mismo; el corazón de Dios se llena de alegría cuando actúas así. Verás, Dios creó todas Sus Leyes para que puedas hacerlo y, al hacerlo, recibes una recompensa inmediata. Así es como Dios ha creado todas Sus Leyes. Es algo hermoso.

8.2.1. Experimentamos paz al finalizar el arrepentimiento

Participante: ¿Algo así como una sensación de paz?

Sí. Experimentarás una sensación de paz que te inundará tras completar el proceso; además, podrás hablar abiertamente de lo que hiciste en el pasado sin sentir resentimiento porque otros lo mencionen, sin sentir resentimiento por tu propia vergüenza y sin castigarte a ti mismo ni a los demás por sacar el tema; simplemente sentirás paz al respecto. Si no sientes paz al respecto, es que aún no te has perdonado a ti mismo ni has sido perdonado. Así que es una forma sencilla de saber que todavía no hemos tratado el asunto.

En mi caso, aún no me he perdonado por quien soy actualmente, y todavía necesito atravesar ese proceso, porque existe un juicio enorme en mi interior sobre lo que solía ser y lo que soy ahora. Y, por supuesto, la ironía es que nunca volveré a ser como antes mientras me aferre a esta emoción. Es una especie de situación sin salida, ¿verdad? Nunca seré lo que solía ser porque sigo castigándome por lo que soy, y así entro en ese ciclo. Debemos detener esos ciclos internos que nos impiden alcanzar nuestra mejor versión, simplemente porque seguimos castigándonos por cosas que hicimos hace cinco, diez, quince, veinte o veinticinco años. Lo único que necesitamos hacer es sentir esa emoción y liberarla; al hacerlo, y al sentir el deseo de que el Amor de Dios entre en nosotros, ese Amor simplemente entra, nos ayuda a procesar todo emocionalmente y salimos del proceso sintiendo paz.

Pablo habló de esto en la Biblia; dijo: “La paz de Dios, que sobrepasa todo entendimiento”. No hay pensamiento ni razonamiento capaz de llevarte a ese estado de paz. La paz de Dios trasciende todo pensamiento; surge de ese deseo, pasión y emoción interior de sentir todo esto y de perdonarte a ti mismo. Es algo sumamente poderoso, no solo para ti sino para los demás; por eso, perdonarte a ti mismo transforma a quienes te rodean y cambia por completo tu Ley de Atracción. Si albergo en mi interior una emoción de vergüenza por lo que he hecho, mi Ley de Atracción activará esa vergüenza una y otra vez: todos sacarán a relucir mi vergüenza, y esa será la dinámica de mi Ley de Atracción. Pero en cuanto hable abiertamente de lo que he hecho, lo exponga ante todos y empiece a realmente sentir las emociones relacionadas con mis actos —viviendo el proceso completo de sentir las, sintiendo pesar y remordimiento por lo ocurrido—, ¿qué sucederá entonces? Esa emoción subyacente en mi interior, esa vergüenza, dejará de existir. ¿Qué pasará, pues, con mi Ley de Atracción? Ya no atraeré a personas que despierten en mí sentimientos de vergüenza; dejaré de atraerlas porque ya no queda vergüenza en mi interior que pueda ser activada, y así podré sentirme verdaderamente feliz conmigo mismo.

Es una herramienta sumamente poderosa: el acto de perdonarse y tener misericordia de uno mismo. Sin embargo, esto no significa que debemos optar por decir simplemente: “Me perdono automáticamente por todo lo que he hecho”, esperando que todo se resuelva en un día y que, de repente, sea feliz y todo esté bien. Porque, obviamente, si pensara así, no percibiría la trascendencia de mis actos. Tal como en el ejemplo del niño que patea a otro: en algún momento, el niño debe comprender la importancia de lo que ha hecho; debe reconocer que el acto de agredir a otra persona realmente ha causado un daño, tanto emocional como físico, y él necesita sentir eso. Cuando el niño siente eso, el padre o la madre pueden experimentar fácilmente un hermoso sentimiento de amor hacia él. Si el niño se niega a hacerlo, es posible que sus padres sigan amándolo, pero al mismo tiempo albergan la esperanza de que, finalmente, vea la verdad: que ha realizado una acción para dañar a otra persona.

Por eso, al tratar estos asuntos debemos recordar algo importante: simplemente permítete liberarte de la culpa respecto a aquello que sabes que has procesado emocionalmente por completo.

Si sabes que aún no has resuelto algo a nivel emocional, concéntrate en hacerlo, en lugar de castigarte, pues no necesitas hacer tal cosa. Las leyes de Dios ya están en acción y ya estás experimentando las consecuencias cada vez que infringes una de ellas; no hace falta nada más. Las leyes divinas te corrigen automáticamente; no hay necesidad de castigarse uno mismo, aunque sí es necesario sentir las consecuencias de nuestros actos. Necesitamos liberarnos de la culpa —mediante el perdón y la misericordia hacia nosotros mismos— cuando experimentamos ese profundo sentimiento de arrepentimiento interior. Esto sucederá de forma natural cuando sientas arrepentimiento o remordimiento: percibirás cómo la paz que proviene de Dios entra en ti. Si aún no la sientes, es señal de que el proceso de perdón y misericordia no se ha completado en tu interior; así que simplemente permite que el proceso siga su curso hasta que se haya consumado.

Se trata de dos leyes fundamentales que demuestran el amor por ti mismo. ¿Te das cuenta de que el mundo entero tiene dificultades con este asunto? Si logramos ser líderes a la hora de manifestar estas emociones hacia nosotros mismos, contribuiremos enormemente a sanar todos los males del mundo. También avanzarás mucho a la hora de sanar tu propia tendencia a reaccionar ante el dolor ajeno o ante las proyecciones de dolor de los demás. ¿Cuántos habéis experimentado esta emoción? Sé que, en los últimos seis años, ha habido momentos en los que he tenido que soportar una avalancha de basura por parte de alguien —ira, resentimiento, rabia—; ¿y cuántos habéis sentido esa frustración de pensar: “Ojalá esa persona comprendiera la verdad, no ve las cosas como yo” —o cualquier otra cosa por el estilo— y habéis albergado sentimientos como: “Solo deseo que pare, simplemente quiero que se detenga”? ¿Y cuántos os habéis encontrado alguna vez en una situación en la que os alejábais de una persona, mientras esta os seguía gritando y vociferando sin parar? ¿Qué se siente en esos momentos? Verás, cuando te perdonas a ti mismo, todo eso cesará; todo ello llegará a su fin. ¿Entiendes por qué? Porque la persona actúa así contigo solo porque dentro de ti persisten sentimientos de que algo anda mal en tu interior, y ella simplemente activa esa sensación.

Así que permítete sentir esas emociones de perdón y misericordia hacia ti mismo cuando sepas que estás arrepentido y que lamentas lo sucedido. Al hacer esto, te asemejas a Dios, pues así es como Él se siente respecto a ti cuando alcanzas ese estado. Es como si tuvieras un hijo que pateara a otro y luego experimenta remordimiento por lo que hizo, pidiéndole disculpas al otro niño; tú te sentirías muy orgulloso de él. Sabrías que nunca volverá a hacerlo, ¿verdad? Pues así es como Dios se siente con respecto a ti cuando haces lo mismo.

9. Las leyes del amor natural

¿Qué sigue ahora? Son las leyes del amor natural.

Hay algunos puntos en esta sección que me gustaría leerlos, tratando de llevaros a situaciones prácticas, por así decirlo. Pues al fin y al cabo es eso lo que queremos lograr: demostrar amor hacia nosotros mismos en situaciones cotidianas.

Por lo tanto, también debemos aprender a reconocer cuándo no nos estamos demostrando amor en una situación práctica, para así al menos empezar a identificar la razón emocional detrás de ello, ya que muchas veces terminamos pasando el asunto por alto. Ocurre algo que implica una falta de amor hacia nosotros mismos y caemos directamente en el patrón de conducta que hemos mantenido desde la infancia; y luego, al salir de esa situación, pensamos: “¿Qué acabo de hacer?”. Entonces, lo que queremos hacer ahora es, al menos, empezar a tener cierta conciencia intelectual de lo que está sucediendo.

9.1. Los tres aspectos de las Leyes del Amor Natural que afectan nuestro amor propio

9.1.1. Espiritualmente: nuestra relación con Dios

Hay tres cosas que debemos recordar sobre cómo estas leyes afectan el amor hacia uno mismo. El amor por mí mismo, en el sentido espiritual, significa que cuido mi conexión con Dios. Así que, cada vez que te amas a ti mismo a nivel espiritual, estás cuidando tu relación con Dios. En otras palabras, no dices: “Ah, estoy hartó; esta semana ya he tenido suficiente de todo este asunto

espiritual, que me está volviendo loco. Voy a tirar la toalla un par de semanas y ver qué pasa”. No te sentirás así cuando hayas abordado las emociones que te impiden amarte a ti mismo espiritualmente. Ciertamente, puedes sentirte así antes de llegar a ese punto, y necesitas hacer algo al respecto si te sientes así; pero comprende que, cuando te amas plenamente en lo espiritual, no harás eso: tu amor por Dios y el amor de Dios por ti serán la relación más preciada de tu vida. No importará lo que otros piensen de ti, no importará lo que tu familia haga contigo, no importará lo que tus amigos hagan contigo o piensen de ti; tu relación con Dios será más importante.

No importará lo que diga tu religión, no importará lo que diga tu política, ni siquiera importará cómo te sientas sexualmente; seguirás centrado en tu relación con Dios como tu prioridad absoluta si te amas a ti mismo espiritualmente.

9.1.2. Emocionalmente: cuidar y permitir todas nuestras emociones

Lo segundo es que, si te amas a ti mismo emocionalmente, cuidarás y te permitirás experimentar todas tus propias emociones en cualquier situación posible. Eso significa que, si estoy en el trabajo y algo me provoca una reacción emocional, sentiré esa emoción allí mismo. Supongamos que es ira: ¿qué hago con ella? Puede que en el trabajo haya guías telefónicas; si es así, coges una y te llamas a golpes. Y todo eso da muy mala imagen ante los demás. “¿Qué le pasa a esta mujer? ¡Madre mía!”. O bien: “¿Qué le pasa a ese loco otra vez? Ya está desvariando”. Sin embargo, a nosotros ni siquiera nos preocupará eso cuando estemos en ese estado de puro amor por uno mismo. Claro que a tu jefe, a tus amigos y a tu familia sí les preocupará —a todo el mundo le preocupará si ellos mismos no están en ese estado—, pero ¿ves que, al final, a lo que aspiramos es a un mundo así?

Queremos un mundo donde podamos sentir nuestras emociones en el trabajo, en casa y en la escuela. Queremos un mundo donde podamos ser nosotros mismos estemos donde estemos. Todo empieza por amarse a uno mismo, lo cual significa sentir todas nuestras propias emociones.

9.1.3. Físicamente: cuidar de nuestro propio bienestar físico y asumir la responsabilidad del mismo

El tercer aspecto que se percibe es el cuidado físico de uno mismo. Por ejemplo, pienso: “Sí, ahora mismo me está saliendo un poco de barriga por aquí; crece despacio, lo noto, algo está pasando”. Y cuando va a más —y yo he tenido más peso en otras etapas de mi vida— y siento eso con mayor intensidad, me digo: “Vaya, parece que no me estoy queriendo demasiado”. O bien estoy fumando sin parar, o sentado frente a la televisión viendo vídeos todos los días en lugar de crear cosas a mi alrededor, intentando vivir mi vida a través de las vidas de los demás. ¿Puedes ver que, cuando empiezo a cuidarme físicamente, comienzo a darme cuenta de esto? Y, al final, cuando me cuido plenamente a nivel físico, llego a un punto en el que jamás haré nada que dañe mi cuerpo, ya sea mi cuerpo físico o mi cuerpo espiritual.

Eso significa que ya no usarás esas lociones y preparados que te aplicas en el rostro y que contienen tantos tóxicos. Quizás busques y utilices productos que no contengan venenos, pero ciertamente no usarás aquellos que sí los tengan. Tampoco te lavarás el cabello con productos cargados de tóxicos simplemente porque te guste la marca. Ya no lo harás; será algo automático, porque sentirás: “Aquí hay algo que no está bien; esto no es un acto de amor hacia mí”. Y cuando vayas a tomar una bebida alcohólica, al percibir el olor del alcohol pensarás: “Vaya, con solo tomarme esta copa acabo de perder unos cuantos millones de neuronas”. ¿Crees que querrás bebértela si realmente te quieres a ti mismo? “¡Ahora resulta que AJ dice que también tengo que dejar la bebida!” (Risas) “¡Basta, ya es demasiado!”. No; lo que digo es que tú mismo querrás hacerlo.

Así que, si aún no quieres hacer eso, es porque todavía no te amas a ti mismo; y no sugiero que lo hagas fingiendo que te amas y dejando de beber. Si quieres beber, bebe; eso depende de ti, pero no pretendas que te amas mientras lo haces, porque ese alcohol está matando tus células cerebrales. No elegirías hacer eso deliberadamente. Quizás sin darte cuenta, sí, pero ¿elegirías

hacerlo a propósito si te amaras a ti mismo? No. Pero está bien si lo haces ahora; no estoy juzgando eso. Lo que digo es que, si te amaras, no lo harías.

Entonces, pregúntate: “¿Por qué consumo este alcohol cuando sé que estoy matando unos cuantos millones de células cerebrales cada vez que lo hago? ¿Qué está pasando dentro de mí que me lleva a hacer esto? ¡Ah, es el estrés que sufro ahora mismo!, y necesito esto para relajarme. ¿Por qué necesito esto para relajarme? ¡Ah, mi vida es demasiado estresante! Y lo que necesito es hacer algo al respecto, en vez de tomar esta bebida alcohólica. Necesito apartar la bebida por un momento y ocuparme de solucionar aquello que está generando todo este estrés en mi interior. ¡Ah, no, es mi relación con mi esposo o mi esposa lo que causa todo este estrés!”. Pues bien, haz algo respecto a tu relación con tu esposo o esposa. Lleva a cabo las acciones necesarias. ¿Te das cuenta de que incluso un pequeño sorbo de alcohol oculta a menudo toda una serie de emociones? Simplemente me relajo con ello y, de repente, mi pareja se ve mucho mejor de lo que se veía cinco minutos antes. ¡María, siempre se ve bien, pero en fin!

Pero entonces piensas: “Ah, esta situación se ve mejor ahora; así que me tomaré otra copa. ¡Oh, ahora se ve realmente bien!”. Y lo único que estamos haciendo es evitar el estrés y la presión subyacentes, y demás... Y luego, a la noche siguiente: “Vaya, vuelvo a sentir el peso de toda mi vida cerniéndose sobre mí. ¿Qué hice anoche? Ah, sí, me tomé una copa. Es buena idea”. Así que me tomo otra, y seguimos así hasta llegar a un punto en que nos volvemos adictos a algo simplemente porque necesitamos evitar nuestra vida. Si te amas a ti mismo, no evitas tu vida; al contrario, la abrazas. Y si no puedes abrazar tu vida, entonces deshazte de aquello que no puedas abrazar. Eso es lo que harías si te amaras a ti mismo, ¿verdad?

9.2. Examinar las razones por las que no nos amamos a nosotros mismos

Verás, si pienso en esas tres cosas desde una posición de amor por mí mismo, dejaré de hacer un montón de cosas, siempre y cuando perciba las razones emocionales subyacentes por las que las hago. No sugiero que todos salgan ahora diciendo: “Ya no voy a hacer esto, ya no voy a hacer aquello”. Muchos todavía sentís ganas de hacerlo, así que no dejéis de hacerlo si eso es lo que os apetece, porque esa es vuestra Ley del Deseo; tenéis permiso para desear lo que sea que tengáis entre manos, incluso si está en desarmonía con el amor. Lo que sugiero es que te permitas observar las razones emocionales internas por las que querías tratarte mal; y ya sabes que, la mayoría de las veces, se debe a que estamos evitando todo un conjunto de emociones o situaciones. Evitamos el hecho de no sentirnos tan cerca de nuestra esposa o esposo como quisiéramos; evitamos reconocer que, en realidad, nos sentimos bastante tristes respecto a nuestro trabajo, o que este nos estresa y nos deprime. No hacemos nada al respecto porque no nos amamos a nosotros mismos. ¿Por qué no me amo a mí mismo? Permítete sentir y reflexionar sobre por qué no te amas lo suficiente como para hacer algo al respecto.

Observa por qué no te amas lo suficiente como para decir la verdad a quienes te rodean. Vas a casa a visitar a tu madre y ella te dice: “Haz esto, haz aquello, haz esto, haz aquello”, tal como lo ha hecho durante los últimos cuarenta años de tu vida; y tú, simplemente, te adaptas y te dices: “Es solo una semana, todo irá bien; cuando vuelva a mi casa, estaré bien”. Pero en esa situación no te estás amando a ti mismo. Así que deja de hacerlo y examina la razón emocional que hay detrás. “Vaya, la emoción que siento en mi interior es que, en realidad, creo que mamá me castigará si no hago lo que quiere”. Podrías ser un hombre adulto de cuarenta años, de complexión robusta —ya sabes, diez o quince centímetros más alto que yo— y, aun así, dejarte dirigir por mamá porque temes que ella te desapruebe. ¿De dónde viene eso? Esa no es la emoción de un hombre de cuarenta años; es la emoción de un niño de cuatro años, y que necesita ser liberada. Y si me amo a mí mismo, me permitiré ver que eso es lo que está sucediendo. Pero no puedo hacerlo a menos que me encuentre en ese espacio de verdad y amor hacia mí mismo. Es algo sumamente poderoso cuando logras acceder a ese espacio interior de verdad y amor por ti mismo.

Así pues, en muchos de los ejemplos que he expuesto en el esquema del seminario, observa cómo te afectan estas leyes: no respondo a las exigencias de amor de los demás ni a sus expectativas

al respecto; no permito que otros manipulen o controlen mis acciones; y si alguien me cuestiona desde unas emociones como la rabia, el enojo, los celos o la envidia, el resentimiento, la provocación o el juicio, responderle sería una falta de amor hacia mí mismo.

Muchas personas se sintieron confundidas durante las últimas horas antes de mi muerte en el siglo I, ya que permanecí en absoluto silencio ante diversas figuras —Herodes, Pilato y el Sanedrín—. Actué así porque me amaba a mí mismo. Lo que proyectaban hacia mí eran enormes cantidades de emociones, sin querer saber la verdad; no querían conocerla, solo buscaban condenarme a muerte. Ya habían decidido, en sus corazones y en sus mentes, lo que iban a hacer; nada de lo que yo pudiera decir en aquella situación habría cambiado nada. Si me hubiera dejado provocar para responder, o incluso si hubiera respondido bajo coacción violenta, no me habría estado amando a mí mismo. Por eso no lo hice.

Y vosotros haréis lo mismo en el futuro: os encontraréis en situaciones donde os intentarán presionar, manipular y llevar a hacer cosas que no son amorosas hacia vosotros mismos. Pero te mantendrás en un espacio de amor hacia ti mismo tan firme que, sin importar el daño que intenten infligirte, no quebrantarán tu amor por ti mismo. Así, no romperás tu vínculo de amor con Dios ni tu amor por ti mismo; pues, si quebraras el amor hacia ti mismo, automáticamente romperías tu relación con Dios. Por lo tanto, no harás ninguna de las dos cosas. Incluso si mueres en ese estado, seguirás sin hacerlo. Aunque te amenacen de muerte, no cederás, porque así de grande es el amor que tienes por ti mismo; y así es exactamente como yo me sentía entonces. Y me juzgo bastante a mí mismo por el hecho de que, a veces, no me siento así ahora. Así que lo que debemos hacer es trabajar en esos grupos de emociones que nos permiten hacer estas cosas: amarnos realmente por completo. Permítete reflexionar sobre lo que significa amarte plenamente.

Por eso, mi sugerencia antes de nuestro próximo seminario es que explores tus sentimientos sobre cómo no te has amado a ti mismo en tu vida y sobre por qué no has demostrado ese amor hacia ti. Puede que descubras que la razón es que temes algo. Quizás descubras que la causa es una tristeza que llevas dentro y que no logras liberar, o tal vez te des cuenta de que sientes mucha vergüenza de ti mismo y necesitas perdonarte más. Es posible que la razón tenga que ver con todo tipo de asuntos de tu vida que no te permites abordar. Por ejemplo, cuestiones relacionadas con la verdad, donde no puedes ser sincero con otra persona por miedo a las consecuencias que eso tendría para tu propia vida. A menudo frenamos nuestro propio progreso simplemente reprimiendo lo que realmente sentimos sobre nuestra situación, y no amándonos a nosotros mismos. Así que examina detenidamente lo que ocurre en tu interior.

10. La Ley de la Verdad Divina

Todo el asunto de la Verdad Divina —el último de los aspectos de las leyes de la verdad que queremos tratar— consiste en alcanzar un estado interior en el que comprendamos emocionalmente que la verdad es lo que liberará toda nuestra vida. Por lo tanto, para que la verdad libere nuestras vidas, debemos sentir con sinceridad todo lo que llevamos dentro. Eso significa dejar de ignorar cómo nos sentimos realmente ante cada situación de nuestra vida.

Así, si no soy feliz en mi matrimonio, debo dejar de ignorar ese hecho y dejar de decirme: “Mi Ley de Atracción funciona de maravilla aquí y allá, y, en realidad, llevo una vida bastante buena; pero mi matrimonio... bueno, eso no se siente bien”. Tengo que dejar de hacer eso y empezar a abordar la cuestión desde la verdad. ¿Por qué no se siente bien? ¿Qué está ocurriendo en mi interior a nivel emocional? ¿Qué le ocurre emocionalmente a mi pareja? ¿Podemos afrontar esto juntos? ¿Realmente queremos separarnos? ¿Queremos siquiera estar juntos? ¿O simplemente vivimos el uno con el otro porque resulta demasiado difícil hacer otra cosa? ¿A qué le temo? ¿Temo tener que dividir mi patrimonio? ¿Temo que mis hijos me juzguen por querer dejar a mi esposa? Debo procesar emocionalmente todas estas cuestiones y dejar de evitarlas si quiero vivir en la verdad. Y si siento un profundo amor por la verdad, si respeto esta Ley de la Verdad en mi vida, entonces empezaré a ser sincero en todas mis relaciones.

No hablo de la verdad solo a nivel intelectual; hablo de sentir las emociones relacionadas con aquello que percibo como verdad. Incluso llegando al punto de analizarlo y de preguntarme: “¿Es esta la Verdad de Dios, o es simplemente mi propia verdad?”. Pues muchas veces la Verdad de Dios y mi verdad son dos cosas muy, muy diferentes. He pasado por momentos en los que mi verdad era totalmente opuesta a la Verdad de Dios respecto a un asunto; eso ha sucedido cientos de veces en los últimos cuarenta y seis años.

Así que permítete observar cómo la verdad está afectando a tu vida, y si deseas vivirla; y qué emociones en tu interior te impiden vivir esa verdad. Si te amas a ti mismo, al menos te concederás ese regalo. ¿Puedes ver hasta qué punto el amor por uno mismo lo abarca todo en muchas áreas de nuestra vida?

11. Los beneficios de llegar a amarnos a nosotros mismos

Por lo tanto, si puedes, empieza a examinar esta cuestión del amor por ti mismo de una manera mucho más profunda durante los próximos meses. La mayor herida de la humanidad es esta falta de amor hacia uno mismo y esta incapacidad para perdonarse uno mismo, por no hablar de perdonar a los demás. Y si te permites atravesar esto emocionalmente —sintiendo las emociones que albergas sobre ti mismo, la vergüenza que sientes por ti, la culpa que sientes hacia ti mismo... todas esas diferentes emociones... la tristeza por no haber desarrollado tu potencial y cómo te hace sentir eso en tu interior...—, y si te perdonas por todo ello, sintiendo esas emociones, liberándolas, hablando con Dios y sintiendo cómo el Amor Divino fluye hacia ti, lo que sucederá al final es que ya no recordarás esas emociones. Podrás recordar cada detalle, cada acontecimiento de tu vida, sin tener ningún juicio sobre ti mismo al respecto. Y no solo pensarás, sino que sentirás que eres igual a cualquier otra persona; te sentirás realmente igual a quienes viven ahora en la esfera veintidós, en un estado de plena unidad con Dios; te sentirás igual a ellos. Imagínatelo. ¿Cuántas veces al día sientes que no estás a la altura de otra persona? ¿Por qué glorificamos a la gente y por qué los tratamos de manera diferente? Porque sentimos que no somos iguales a ellos. Imagina que liberaras todas esas emociones y te perdonaras por cada cosa que te haya avergonzado en la vida, hasta llegar a un punto en el que realmente sientes, como una emoción interna, que eres igual a cualquier otra persona.

Y entonces llega alguien y dice: “Cuando estuviste en la Tierra hace unos años, hiciste esto y aquello, y mataste a tal y...”, y tú responderás: “Sí, lo hice”, sin sentir ya culpa, vergüenza ni ninguna de esas emociones al respecto, porque habrás liberado todo eso mediante el proceso de perdonarte a ti mismo. No digo que lo ignores todo; digo que lo has liberado por completo. Así podrás llegar a un estado en el que yo pueda hablar de ti, y tú de mí, con quien sea, sin que jamás discutamos por ello; yo podré decir: “¿Sabes?, aquel tipo de allá hizo esto y aquello”, y él responderá: “Sí, lo hice”, sin sentirse mal consigo mismo. Y tú podrás decir: “Cuando AJ golpeó a su hijo veintiuna veces seguidas siendo pequeño, eso fue maltrato”, y yo podré decir: “Sí, lo hice”, sin sentirme ya mal por ello, porque he procesado la emoción asociada y me he perdonado. Es un estado muy poderoso, ¿verdad?, el amarse a uno mismo de esa manera.

Ahora bien, si te amas tanto a ti mismo, ¿sabes qué ocurre? Que habrás alcanzado el nivel del amor que Dios siente por ti. Porque, en este momento, existe una gran diferencia entre cómo te ama Dios y cómo te amas tú. Dios te ama mucho más de lo que puedas siquiera concebir ahora mismo; y hasta que no te ames en la misma medida, no comprenderás cuánto te ama Dios. Así pues, todo este proceso consiste en llegar al punto en que sintamos que Dios puede amarnos en toda la plenitud de su capacidad.

¿Ves cómo esto influye en la oración del Amor Divino? ¿Recuerdas que, si lees las palabras de dicha oración, se aborda la cuestión de la dignidad y se te plantea ese tema? La cuestión de la valía personal es la razón principal por la que nadie —desde que estuve en la Tierra en el siglo I— ha estado en un estado de unidad con Dios mientras vivía en este mundo. Ahora yo mismo estoy sintiendo el poder de esa emoción. Percibo cuánto afecta a todos los aspectos de mi vida: mi relación con María, mi vínculo con otras personas, la dinámica de la Ley de Atracción y mi relación

con los espíritus que desean estar enfadados conmigo. La mayoría de ellos simplemente se marchará en cuanto se den cuenta de que ya no pueden hacerme sentir vergüenza de mí mismo, pues ya me he perdonado. Sin embargo, por ahora seguirán apareciendo una y otra vez hasta que yo haya procesado esa emoción; necesito comprender esto en mi interior y dedicar este tiempo a trabajar emocionalmente para superar estos grupos de emociones.

12. Palabras de cierre

Espero que la conversación de hoy, junto con las sesiones anteriores tituladas “Las leyes de Dios: una introducción” y “Las leyes de Dios: leyes que gobiernan el amor a los demás”, os hayan abierto un abanico de aspectos que podéis examinar en vosotros mismos. En lugar de observarte con juicio, crítica o castigo, puedes empezar a mirarte sintiendo las emociones subyacentes y avanzando hacia un estado de perdón y arrepentimiento en relación con ellas.

Recuerda lo que dijimos justo al inicio de esta serie de charlas: cuando infrinjo las leyes de Dios a nivel del alma, inevitablemente experimento el dolor y el sufrimiento que ello conlleva. Puedo decidir no cambiar nada si así lo deseo; tengo el libre albedrío para hacerlo. Pero también debo preguntarme —y aquellos amigos espirituales que nos acompañan y que aún permanecen en los infiernos de la primera esfera también deberían hacerlo—: “¿Por qué querría eso para mí? ¿Por qué querría seguir experimentando dolor y sufrimiento? ¿Por qué querría no cambiar cuando tengo esta maravillosa oportunidad de hacerlo y cuento con el apoyo de un grupo de personas que desean cambiar conmigo?”. Realmente no tiene mucho sentido actuar así si nos amamos de verdad, ¿verdad?

Entonces, si lo deseas, me gustaría que en las próximas semanas te permitieras reflexionar sobre estos temas. María y yo esperamos hacer lo mismo, ya que ambos tenemos aún bastantes cuestiones relacionadas con el amor por uno mismo que debemos trabajar. Con el paso de los meses, deberíamos notar un cambio significativo tanto en nosotros mismos como en las demás personas que asisten a grupos como este; y creo que esto también tendrá un efecto muy positivo en el mundo espiritual.

Espero que hayáis disfrutado de la conversación de hoy; gracias de nuevo por vuestro tiempo. María y yo queremos agradecer las donaciones, así como las numerosas muestras de apoyo, amor y ánimo que nos habéis brindado; realmente valoramos mucho todo ello. Ambos estamos atravesando personalmente momentos difíciles, principalmente debido a proyecciones de ira por parte de otras personas, las cuales desencadenan en nuestro interior sentimientos de indignidad, por lo que queremos trabajar en estos aspectos durante las próximas semanas.