

Coloco abajo la traducción provisional del taller sobre ***El yo de fachada***. Fue dado por Alan John Miller (Jesús), en el año 2011.

[Está traducido mediante “google” y luego retocado contrastando con el vídeo/transcripción en inglés. (Hecho y subido en: octubre 2026.) Para más información ver enlaces abajo.]

5 nov. 2011

Taller con Jesús

El alma humana

El yo de “fachada” v1

Más información: unplandivino.net

Seminar - With Jesus

The Human Soul

The 'Facade' Self

Divine Truth divinetruth.com

Transcripción en inglés: <https://divinetruth.com/docts/2011/20111105-1300-1300-jesus-dt-prs-hsadc--The%20Facade%20Self--en-transcript.pdf>

Sesiones en youtube: <http://youtu.be/DvFB8Ftg9V8> || <http://youtu.be/K2I2ik1ERwc>

El yo de fachada: Parte 1

1. Introducción

Hoy, la energía de los espíritus se siente bastante pesada, como probablemente ya habréis notado. Así que, por un momento antes de comenzar, nos gustaría hacer una oración pidiendo a Dios que nos cuide y nos ayude a estar abiertos al material de hoy, y a estar abiertos a nuestras emociones, para que los espíritus no puedan influirnos demasiado en lo que escuchamos. Si pudierais hacer eso por un momento... Me gustaría disipar parte de esa pesadez que hemos traído con nosotros hoy. [00:01:09.14]

Muchos habéis estado bajo una influencia espiritual bastante pesada. Lo sé, y es comprensible, dado que muchos estáis intentando progresar. Muchos de los espíritus que os rodean no quieren que progreséis, así que es una buena señal el hecho de que hayáis salido de la adicción y de los sobornos, y que ahora estéis siendo objeto de cierto chantaje. Por lo general, eso indica que las cosas realmente están mejorando en lo que respecta a vuestra interacción espiritual. [00:01:47.02]

La charla de hoy forma parte de la serie sobre el alma humana, y el tema que he elegido para hoy es: “El yo de fachada”.

2. Los tres yoes: el yo real, el yo dañado y el yo de fachada

Esta es una continuación de una charla que María y yo dimos en Melbourne a principios de año, donde presentamos los tres yoes. Estaban el yo de fachada, luego el yo dañado y, finalmente, el yo puro o yo real. Y recuerda que dijimos que Dios creó el yo real, tus padres y el entorno crearon el yo dañado, y tú creaste la fachada.

Y observamos que muchas personas tienen grandes dificultades con la fachada. De hecho, por lo general, una vez que se ha tratado con la fachada, resulta muy fácil sentir el yo dañado. Es muy fácil sentirlo y también liberarlo. Las dificultades que enfrentamos al tratar el yo herido, o al liberar las emociones derivadas del daño causado por el entorno, se deben casi en su totalidad a que, de alguna manera, seguimos manteniendo esa fachada. Por eso, hoy te quiero hablar más detalladamente sobre este yo de fachada para ayudarte a quebrar esa barrera y llegar a los yoes reales —por así decirlo—: tanto al yo real como al yo herido.

Podemos imaginar el alma humana, en cierto modo, como un huevo. El núcleo o la yema representa el yo real, aquel que Dios creó. La clara que rodea la yema correspondería al yo dañado. Y la cáscara —esa capa exterior que no es muy gruesa pero sí bastante dura y quebradiza— representaría el yo de fachada.

El yo real es blando y maleable; no presenta gran resistencia ni ira, no intenta rechazar ni alejar las cosas, y no es rebelde. Simplemente fluye con naturalidad. Curiosamente, el yo herido suele ser

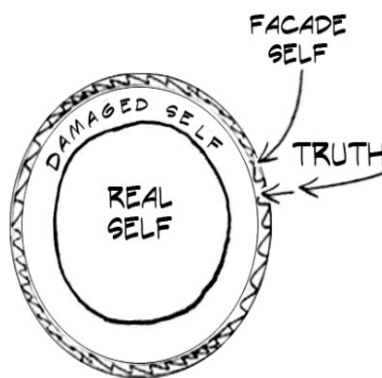
muy parecido en este aspecto: también es maleable, en el sentido de que resulta bastante fácil percibir sus emociones una vez que se ha logrado atravesar la fachada. En cambio, el yo de fachada es como la cáscara del huevo, que es bastante dura. De hecho, si se presiona el huevo a lo largo de cierto eje, a la mayoría de las personas les resulta imposible romperlo. Si se presiona de ese modo, ejerciendo una fuerte presión, es sumamente difícil que se rompa, y es solo cuando surge una grieta en la cáscara —precisamente bajo esas condiciones de presión en los extremos, al intentar forzar su rotura— es cuando el huevo finalmente se quiebra. [00:06:35.24]

2.1. La verdad rompe la cáscara dura del yo que actúa como fachada

Pero hay otra forma de romper el huevo, ¿verdad? En lugar de intentar romperlo por los extremos empujando, sometiéndolo a presión, simplemente puedes golpear suavemente el lateral del huevo contra una superficie dura.

De ese modo el huevo se agrieta, la cáscara resulta fácil de romper, y entonces podemos meter los dedos y abrirlo separando las partes. Algo que antes habría requerido de una fuerza enorme para romperse, ahora se puede quebrar con gran sencillez. Así pues, necesitamos descubrir qué es aquello capaz de romper la cáscara de nuestro “yo fachada”. Y tal cosa es la verdad. Pero no se trata de imponer la verdad, sino más bien de un simple toque de verdad, por así decirlo.

Los tres “yoes” pueden compararse con un huevo, cuya cáscara dura —el yo de fachada— solo puede romperse mediante la verdad [*truth*: verdad]
[*Damaged self*: yo herido o dañado]
[*Real self*: yo real o auténtico]



A menudo intentamos forzarnos a pasar de un estado a otro; a esto se lo llama el “Camino del Amor Natural”. Muchos de nosotros seguimos en él porque tratamos de forzar esa transición de un estado a otro. En otras palabras, nos observamos a nosotros mismos —a menudo es el yo de fachada mirando al yo herido— y decimos: “No me gusta esa faceta concreta de ti”. Dicho de otro modo: como juzgamos que eso no es digno de nosotros, o que no es algo que deseemos o que resulte atractivo para los demás, entramos en una actitud en la cual usamos nuestra fachada para *juzgar* al yo herido y, de hecho, impedimos que la verdad entre en nosotros. Y de esto es de lo que queremos hablar hoy: de lo que hacemos con nuestra fachada. [00:08:59.05]

He mencionado que la verdad es el instrumento para romper la cáscara, aquello que abre agujeros en ella, por así decirlo, y nos ayuda a retirarla. La verdad actúa como esa herramienta que podemos usar para penetrar en nuestro yo herido. Así podemos acceder a él. El problema para la mayoría de nosotros está en que no queremos acceder a nuestro yo herido. Sentimos una enorme resistencia a hacerlo. ¿Cuáles creéis que son las razones de esa resistencia? ¿Cuáles son los motivos principales por los que nos resistimos a descubrir y sentir esa parte de nosotros mismos? [00:10:22.01]

3. Razones para querer evitar el yo herido

3.1. Miedos relacionados con el yo herido

Participante mujer: Me di cuenta de que es miedo a lo que realmente está herido en mí. Me he aterrado bastante, y la fachada te impide verlo.

Entonces, ¿por qué temerías el daño? ¿Qué cosas te hacen temer el daño?

Participante hombre: Simplemente el miedo a lo grande que podría ser.

¿Así que es miedo a la magnitud del error? ¿A su alcance, por así decirlo? El alcance del error.

Participante: Y a no sobrevivir a ello. Es demasiado grande.

Exacto. El alcance del error realmente no importa, ¿verdad? Es nuestra creencia de que no podemos sobrevivir si lo sentimos. Así que eso es algo que provoca nuestra resistencia. [00:11:35.03]

Participante mujer: El miedo a sentirse impotente.

Cuando hablas del miedo a sentirte impotente, ¿podrías profundizar un poco más en cuanto a qué..?

Participante: El daño se siente muy profundo, y está esa sensación... la sensación del niño, de sentirse totalmente impotente.

Pero cuando dices que tienes miedo a sentirte impotente, ¿ves que ha de haber algo más profundo detrás de eso? ¿Por qué tienes miedo a la impotencia? ¿Qué es lo que nos hace temer esa sensación de impotencia? ¿Ves cómo existen capas en lo que nos sucede? Muchos decimos: “Tengo miedo a sentirme impotente”, pero en realidad no examinamos por qué tenemos ese miedo. Ha de haber una razón. ¿Cuál podría ser esa razón? [00:12:32.29]

Participante: Que me vuelvan a hacer daño.

Vale. Así que ese es el verdadero problema, ¿no? No es tanto el miedo a la impotencia, sino el miedo a que te vuelvan a hacer daño de una manera similar a como te lo hicieron la última vez. Es decir, que te vuelvan a herir. [*va anotándolos en la pizarra*] [00:13:00.21]

Participante hombre: En realidad, destruye la ilusión que he construido sobre quién creo que soy.

Sí.

Participante: Y luego tener que afrontar la realidad de no ser eso, sino algo completamente distinto.

Sí. Es nuestra inversión en mantener la ilusión. Tenemos una razón para querer aferrarnos a ella. Así que, ¿podemos llamar a esto una inversión en la fachada? Es algo de lo que hablaremos con más detalle a medida que avancemos. Hablaremos sobre esa inversión que tenemos en la fachada.

¿Algún otro miedo fundamental que tengamos?

Participante mujer: Simplemente ir hacia ese gran vacío; cuando lo sientes, tienes la sensación de que va a haber un hueco. Una de las razones por las que no me gusta sentir mi parte dañada es que no tengo mucha fe. Siento esa sensación horrible de que se va a perder una gran parte de mí, como si me fueran a arrancar el corazón y nada lo va a reemplazar. No tengo fe en que ese vacío inmenso vuelva a llenarse de amor.

¿Entonces puedo resumirlo así: “Creo que mi yo dañado es mi verdadero yo”?

Participante: Sí, y siento que no hay mucha fe. Como si no hubiera forma de sobrevivir a esto; al contrario, parece que solo va a empeorar las cosas.

Sí, examinemos esa creencia que tenemos, de que el yo dañado es el verdadero yo. Si el yo dañado es el yo verdadero y eliminas el yo dañado, ¿qué queda? [00:14:58.05]

Participante: Simplemente sentirse vacía, y como una falta de fe; es como que, si siento este sentimiento horrible, me quedaré con un vacío en el alma, y eso me dejará expuesta y sintiéndome fatal. Para mí es algo así como falta de fe, tal vez; no me gusta mirar mi yo dañado porque siento que no se va a reparar ni nada por el estilo. [00:15:19.17]

Hablaremos de la falta de fe en un momento. Pero creo que es precisamente esa creencia de que el yo dañado es el verdadero yo la que nos causa tantos problemas, y debemos centrarnos en eso por un instante. [00:15:38.14]

Participante mujer: Iba a decir que es miedo al duelo, a la pena.

Tememos la magnitud de la pena que llevamos dentro; tenemos miedo de cuánto daño tenemos realmente; tenemos miedo del daño en sí —entonces, miedo al daño mismo—. [00:16:08.12]

Participante hombre: Miedo a lo que puedan pensar los demás.

Sí. Entonces, ¿cómo llamarías a eso? Es el miedo a que se empañe la imagen; es miedo al juicio, tal como mencionó alguien más por allá. Cuando decimos que es miedo, ¿por qué habríamos de temer lo que otros piensen de nosotros? ¿Por qué crees que sentiríamos ese miedo? Al fin y al cabo, es solo un pensamiento; no es más que un pensamiento.

Lo que intento hacer con estos miedos que estáis enumerando es ayudarlos a ver que, a menudo, expresamos un miedo concreto sin reflexionar realmente sobre él. No le dedicamos mucha atención. Decimos: “Oh, me siento impotente”, pero no nos detenemos a pensar: “¿Por qué me siento impotente en realidad? ¿Y por qué la impotencia es una emoción negativa? ¿Por qué considero que es algo tan malo sentirla? Es solo una emoción, como cualquier otra. ¿Por qué le doy tanta importancia? ¿Qué me está pasando?”. Rara vez profundizamos tanto. Simplemente decimos: “Me siento impotente y tú me haces sentir impotente”. A menudo nos enfadamos con la persona que provocó esa sensación de impotencia y, al final, no abordamos el problema de fondo. Así que lo que debemos hacer es ser muy específicos respecto al miedo. [00:17:53.04]

Participante hombre: Miedo al castigo.

Sí. ¿Te das cuenta de que gran parte de esto está relacionado con la posibilidad de sufrir dolor? Verás, durante nuestra infancia a menudo experimentamos mucho dolor; no solo emocional, sino también físico. Es muy raro encontrar a una persona —especialmente mayor de 20 o 30 años— que no haya recibido una nalgada o sufrido algún tipo de daño similar por parte de sus padres. Muchos de nosotros, como padres, lo hemos hecho con nuestros propios hijos. Es muy raro encontrar a alguien que no haya sufrido violencia por parte de sus padres. Y, por lo tanto, sentimos ese miedo al dolor físico asociado a ello. Hacemos mucho por evitar el dolor. De hecho, hacemos demasiado para evitarlo. [00:19:00.23]

Participante mujer: Personalmente, no me gusta lo que veo cuando observo mi yo herido; así que, si dejas que la fachada caiga, pienso: “¿Cómo podría alguien quererme?”.

Sí. Una cuestión excelente. A menudo surge la duda: “¿Seré amado?”. Y, en nuestro interior, la respuesta suele ser: “Definitivamente no”. Así que nosotros mismos emitimos ese juicio automáticamente: que no seremos amados si accedemos a ese yo. [00:19:41.15]

Participante hombre: Quizás una fachada sea como una máscara que llevamos puesta desde hace muchísimo tiempo.

Sí, claramente es una máscara.

Participante: Y uno se siente cómodo ahí dentro. No sé quién soy, pero siento un gran miedo a perder esa máscara y a no saber quién soy.

¿Te das cuenta de que gran parte de nuestro razonamiento no es muy lógico? Supongamos que estás solo en casa: ¿es más cómodo estar vestido o desnudo? ¿No resulta generalmente más cómodo estar sin ropa? Claro que, si alguien entra por la puerta, surge una gran incomodidad emocional que hay que resolver; pero lo que quiero decir es que, cada vez que nos ponemos algo encima, nuestro nivel de incomodidad suele aumentar, desde una perspectiva física. Entonces, si todos venís hoy con un traje grueso para la nieve cuando ahí fuera hace 30 grados, os sentiríais incómodos, ¿verdad? Pues bien, la mayoría de nosotros llevamos puesto un enorme traje para la nieve a nivel emocional. Así que decimos que eso es seguro, cuando en realidad estamos sudando a mares ahí dentro y no soportamos llevarlo puesto —y simplemente no queremos tratar con ello—.

A menudo, cuando decimos que nos gusta la máscara, no estamos siendo muy lógicos al respecto. No somos lógicos en cuanto al peso que cargamos al llevar esa máscara. Esa es la parte dura del huevo; el resto fluye por sí solo si soltamos esa parte dura; pero nos aferramos a ella, y ahí radica nuestro problema. Queremos que esa parte dura permanezca intacta para no tener que acceder al resto. Y recurrimos a muchos razonamientos intelectuales —que no son muy lógicos— para mantener la fachada. De esto es precisamente de lo que queremos hablar hoy.

3.2. Sistemas de creencias sobre nuestro dolor emocional

Participante mujer: Creo que esto ocurre antes de llegar al miedo: es la ira. [00:22:02.14]

Sí. Eso está muy bien.

Participante: Y me he dado cuenta de que, al empezar a ver un poco de ese yo herido, siento mucha ira y me asusta eso debido a la intensidad que alcanza. Hay mucho más ahí dentro, y le he transmitido esto a mi propia hija; así que siento que, si yo estoy así de enfadada con mi madre, ella estará así de enfadada conmigo; y eso hace que me dé miedo sentir esa ira. [00:22:42.16]

Pero, ¿por qué tienes esa ira, de entrada, Laurleen?

Participante: Porque no quiero sentir ese daño.

¿No quieres sentir ese dolor?

Participante: Sí.

¿Es esa la razón por la que crees que la tienes?

Participante: Bueno, cuando descubrí ciertas cosas me enfadé mucho porque siento que es injusto, que no es equitativo, y todo eso.

Sí; verás, yo te planteo que, en realidad, no es necesariamente nuestra falta de voluntad para sentir el dolor lo que provoca la ira, sino más bien nuestros sistemas de creencias sobre el dolor los que la generan. ¿Puede todo el mundo ver la diferencia entre ambas cosas? Verás, la mayoría de nosotros ya lidiamos con cierto grado de dolor en nuestra vida cotidiana. ¿Cuántos de vosotros sentís dolor físico justo en este momento, mientras estáis sentados, y no lo estáis sobrellevando, no estáis lidiando con ello? Seguí aquí, seguí funcionando, seguí haciendo cosas en vuestra vida diaria y, de hecho, muchos de nosotros soportamos niveles de dolor bastante elevados en el día a día, por lo cual, no le tenemos miedo.

Si le tuviéramos miedo iríamos al médico a cada instante —como un hipocondríaco— para intentar solucionarlo, ¿verdad? Así que la realidad es que, por lo general, somos bastante conscientes de que la mayoría de nosotros vivimos con dolor, especialmente dolor físico, y en cantidades considerables. Ahora bien, desde la perspectiva del dolor emocional: ¿cuántos sienten que tienen dolor emocional en este momento? ¿Que pueden sentirlo en su interior? Así que estamos conviviendo con ese dolor emocional ahora mismo. La realidad es que tenemos el dolor, así como lo es el hecho de que podemos sentirlo en este preciso instante. Y no tenemos miedo a sentir ese nivel de dolor; entonces, ¿cuál es el problema con respecto al dolor? ¿Tiene que ver con el hecho de que lo tenemos, o hay algo más? No puede deberse simplemente a que lo tenemos, ¿verdad? Porque todos reconocemos que lo tenemos. Tiene que ser otra cosa. Entonces, ¿cuál es el problema que tenemos con el dolor? [00:25:16.06]

Participante mujer: Queremos ser capaces de gestionar nuestro dolor.

Ese es nuestro problema. Verás, se trata de nuestra creencia sobre la gestión o —si usamos otra palabra que muchos soléis emplear— sobre el nivel de control que deseas tener sobre tu dolor. Cada persona desea un nivel de control diferente sobre su dolor. ¿Por qué queremos mantener las cosas bajo cierto nivel de control? ¿Qué nos sucede cuando parece que perdemos el control? ¿Qué sentimos en ese momento? [00:26:26.25]

3.3. Miedo a volverse loco

Participante: Que me estoy volviendo loco.

Bien, así que ahora estamos hablando de cuestiones psicológicas. La cuestión de: “¿Estoy loco?”, es una gran parte de la razón por la que queremos tener el control; porque en cuanto sentimos el dolor con la intensidad que necesitamos experimentar, parece que hemos perdido el control; y lo que nos preocupa en ese momento no es solo el juicio de los demás. Lo que nos inquieta más es nuestro propio juicio sobre nosotros mismos. A menudo nos preguntamos: “¿Me estaré volviendo loco?”, y es una situación difícil de afrontar, ¿verdad?, el hecho de pensar que podrías estar perdiendo la razón en cualquier momento. Eso genera mucho miedo y, por consiguiente, el deseo de gestionar y controlar la situación. Y cuando esos sistemas de gestión y control fallan, la ira entra en juego para restablecerlos. Usamos la ira para reactivar los mecanismos de control y gestión, para que vuelvan a imponerse y así evitar sentirnos locos o pensar que los demás nos consideran locos.

Participante mujer: AJ, ¿es la locura un miedo abrumador?

Puede ser una sensación abrumadora que engloba diversas emociones, no solo el miedo. Obviamente, la sensación de “¿Estoy loco?” proviene del miedo; pero a menudo podemos sentirnos abrumados de muchas maneras que nos llevan a pensar que estamos locos. De hecho, uno puede sentirse abrumado por el placer y pensar también que está loco. No es solo la cuestión del miedo lo que provoca que sintamos esas cosas.

Pero este miedo al estado de locura es un asunto que debemos abordar. Una vez más, se trata de una creencia que albergamos en nuestra alma, una emoción arraigada en nuestra alma que nos dicta que la sensación de locura es algo que debemos evitar a toda costa. Y esta es también la razón por la que, cuando alguien te dice que estás loco, puede controlarte con mucha facilidad. “Eres un idiota loco”. En cuanto te dicen eso, dado el miedo que sentimos ante tal estado, somos capaces de hacer casi cualquier cosa que nos pidan para demostrar que no estamos locos. Esto, en sí mismo, es una locura. Es curioso ver cómo actuamos así. [00:29:30.15]

Participante mujer: Lo que me lleva a pensar que estar loco no es normal; es salirse de lo convencional, no ajustarse a la sociedad ni a cómo son los demás. Por ejemplo, incluso por el hecho de estar aquí, tengo familiares que piensan que estoy loca. [00:29:44.25]

Exacto. No es normal.

Participante: Así que es algo diferente; no es lo que la mayoría de la gente piensa o cree colectivamente.

Sí. Recibimos unos correos electrónicos interesantes de los que María me habló hace poco —aún no los he visto, pero María los leyó esta mañana—; y comentó que uno de ellos era de una mujer que supo de nosotros y simplemente dijo: “¡Qué locos y chiflados están!”. Esta pareja tiene una casa de vacaciones cerca de la nuestra y, mientras conducían hacia allá, comentaban entre ellos lo locos que estábamos. Durante el trayecto, la mujer hizo comentarios bastante despectivos a su marido —y solo a él— sobre nuestra supuesta locura; de hecho, ella misma nos contó esto en un correo electrónico. Finalmente, él le dijo: “En realidad, querida, no estás siendo muy amable en este momento”. Le recordó que no estaba siendo amable, y ella, al darse cuenta de eso, decidió buscar en Internet y ver algunas de nuestras presentaciones en youtube. Una vez que lo hizo, comprendió que lo que decíamos no era tan descabellado como había imaginado; de hecho, nos envió un correo agradeciéndonos por haber subido la información a youtube.

Curiosamente, hoy recibimos otro correo de una persona que pasó por una experiencia muy similar. Básicamente, nos contó que al principio pensaba que María y yo debíamos de estar locos, y estaba dispuesto a atacarnos abiertamente junto con otras personas debido a esa creencia. Sin embargo, también entró en youtube y vio un par de presentaciones. Entonces comentó: “Ahora no sé si estáis locos o no. No puedo decir que lo estéis, porque lo que decís tiene mucho sentido; y no solo eso, sino que vosotros no parecéis locos”. Y ahora se pregunta si él está loco por creerme. (Risas). Me pareció un correo encantador.

Aquí volvemos a esa sensación que tenemos de que, siempre que hacemos algo fuera de lo común —algo que la sociedad o, en particular, la familia no logra aceptar—, por lo general se nos tilda automáticamente de locos. Es un mecanismo muy poderoso que el mundo y nuestras familias utilizan para lograr que nos ajustemos a algo que ya no les resulte aterrador. Esto hace que dejemos de provocarles miedo. Y así, si actuamos de una manera que ellos no consideren “loca”, no tendrán por qué experimentar ninguna de esas sensaciones o emociones. Pero si empezamos a hacer algo que ellos califican de locura, entonces empiezan a preguntarse: “¿Qué he hecho mal? Debo de ser una mala

madre, un mal padre, una mala hermana, un mal hermano o algo por el estilo”. Entran en una dinámica en la que empiezan a culparse a sí mismos; pero, en el fondo, lo que subyace a todo ello es el deseo de evitar sentir que ellos mismos están locos.

3.4. Es posible desprenderse de la fachada en algunas áreas, pero no en otras.

Participante mujer: Me preguntaba si es posible dejar caer la fachada en algunas áreas, pero no en otras.

¡Sin duda! Es totalmente posible, sí. Y, por lo general, es muy probable que así suceda, ya que aquellas áreas donde sufrimos daños que no nos gustan —o daños que juzgamos negativamente— son precisamente las zonas donde menos propensos nos sentimos a abandonar la fachada.

Por ejemplo, si tienes una emoción relacionada con el hecho de que tus padres te dieron nalgadas, y sentiste el dolor que eso provocó y percibiste que te desaprobaban en ese momento, y si logras aceptar eso emocionalmente, es muy probable que abandones la fachada de que tus padres no te hicieron daño. Al hacerlo, llegarás a la verdad: que tus padres sí te dieron nalgadas y, por lo tanto, ejercieron violencia contra ti; entonces podrás llorar esas emociones y liberarlas. Sin embargo, por otro lado, si tú has causado daño a otras personas, es posible que albergues fuertes juicios al respecto; esto reduce tu inclinación a sentir el dolor que motivó tus acciones y, en consecuencia, refuerza el motivo para aferrarte a la fachada. Y esta es la razón por la que la mayoría de nosotros nos aferramos a las fachadas. No nos aferramos a ellas por el daño que recibimos, sino más bien por el daño que hemos causado a otros y que no queremos afrontar. Esa es una de las razones principales por las que mantenemos la fachada; y suele ser precisamente en esas áreas donde más tiempo queremos conservarla. [00:35:18.27]

Vale, entonces, la ira también es un factor importante, ¿verdad? Forma parte de esa coraza rígida. La ira tiene que ver con mantener la fachada; con preservar un estado en el que no tienes que afrontar tu verdadero ser.

3.5. Dios creó el yo verdadero de manera perfecta

Ahora bien, ¿quién creó el yo real, el yo verdadero? Dios. Por lo tanto, todo en ese yo es perfecto. Existe una parte dentro de ti en este momento que es tu yo verdadero, creado por Dios —incluyendo la personalidad y todo lo demás—; y cada parte de ese yo real tuyo es perfecta. Pero lo que sucede a menudo es que el yo dañado cobra tanta fuerza que adoptamos una fachada; y esta fachada empieza a engrosarse y a comprimir tanto nuestro yo dañado como también nuestro yo verdadero, reduciéndolos a unas bolitas aplastadas y secas, hasta que terminamos siendo mayormente fachada y muy poca cosa más. Todo lo demás queda bajo presión en nuestro interior. Y muchos de nosotros hemos caído en este estado sin darnos cuenta de que ese yo real existe dentro de nosotros. Tenemos ese yo real en nuestro interior, creado por Dios, y que muchos de nosotros aún ni siquiera hemos descubierto.

De hecho, muchos incluso albergamos juicios negativos sobre nuestro propio yo verdadero. Si tu yo verdadero tuviera una personalidad muy sociable y extrovertida, y tus padres te hubieran enseñado que cualquiera que sea sociable y extrovertido es arrogante, ¿te das cuenta de que acabarías juzgando tu propio yo verdadero? Y, por consiguiente, cada vez que te mostraras sociable y extrovertido, recordarías el daño de tus padres: “Eso está muy mal; ahora estás siendo muy arrogante”. Ese es el juicio que ellos emitían sobre tu yo verdadero; y, entonces, tú adoptabas una fachada: “Ya no voy a ser sociable y arrogante” —que es como lo veo ahora, aunque no es verdad—; así que ya no voy a ser más así, y en su lugar seré callado y adoptaré una fachada de humildad, la fachada de ser callado y apacible, cuando en realidad podría ser una persona totalmente distinta por dentro.

Así pues, a menudo olvidamos que existe esa parte auténtica de nosotros que Dios creó. De hecho, esta es la razón principal por la que la mayoría de nosotros no tenemos fe: porque olvidamos que Dios creó esa parte real de nosotros, esa parte que es perfecta. Lo olvidamos por completo. Y cuando procesamos nuestras emociones o trabajamos en nuestras diversas heridas emocionales, olvidamos por completo que la razón fundamental para hacerlo es descubrir lo que Dios creó: nuestro verdadero yo interior, y necesitamos descubrirlo. Eso es lo que debemos hacer.

3.6. Miedos relacionados con el yo dañado (continuación)

Participante: También pensaba en el miedo al engaño... como la falta de apoyo. [00:39:21.24]

Bien, el miedo al engaño; esta es otra forma de dolor. Es otro miedo que tenemos. ¿Te das cuenta de que los miedos a acceder a nuestro yo dañado son bastante intensos para la mayoría de nosotros? Y la mayoría tenemos más miedos de los que hemos anotado en la pizarra.

Tenemos una lista enorme y extensa de miedos asociados a este yo dañado. Tenemos una lista enorme y extensa de sentimientos de ira hacia el yo dañado; y no se trata solo de ese tipo de ira, sino también de la ira que surge al sentir que es injusto tener que lidiar con nuestro yo dañado cuando fue otra persona quien lo creó. “Ellos deberían lidiar con nuestro yo dañado, y yo debería poder sentarme a ver cómo lo hacen”: así es como nos sentimos a menudo. Así que sentimos mucha ira respecto a nuestro yo dañado y, mientras hacemos eso, ese miedo y esa ira crean una capa; esa coraza se vuelve tan dura y resistente que, a veces, parece casi imposible de penetrar. [00:40:52.07]

3.7. Descubrir quiénes somos realmente

Participante hombre: AJ, siento que mi yo dañado —o mi yo de fachada— es como un camaleón o alguien que cambia de forma. Cuando estoy en grupos, o incluso en interacciones individuales con hombres, mujeres o familiares, siento que cambio; es como un miedo a ser atacado. Entonces los imito: imito su risa, su tono, su monotonía al hablar. Eso es lo que noto en mí mismo; ¿se trata, entonces, de un estado complejo de autoengaño? [00:41:28.16]

¿Dices que eres un buen camaleón? Sí. Y eso es cierto. La mayoría de nosotros nos hemos vuelto así, por lo que, lamentablemente, la fachada cambia según a dónde vayamos. Sin embargo, por lo general somos conscientes de ese tipo de fachada. En otras palabras, solemos darnos cuenta de que hoy cambié para adaptarme a ti... y ayer cambié para adaptarme a ella [*señalando con la mirada ejemplos aleatorios en la audiencia*] —o a quienquiera que estuviéramos acompañando—. Esa fachada no es tan dañina como aquella que nosotros mismos creemos que es real. ¿Ves la diferencia? Es la fachada que nosotros mismos creemos verdadera la que realmente causa la mayor parte de nuestro dolor y de nuestros problemas. La fachada en la cual nos vemos con otros pero reconocemos que no somos nosotros mismos causa menos daño —en cuanto a acceder a nuestras emociones heridas— que aquella que creemos firmemente que es real.

Participante mujer: Siento bastante miedo al no saber quién soy, y también me siento muy desconectada de lo que realmente siento momento a momento. Es como si hubiera una gran nube de miedo que me impide siquiera reconocer eso. [00:43:13.01]

¿Puedo plantearte que no sabrás quién eres realmente hasta que estés en unidad a Dios? La realidad es que la mayoría de nosotros no tenemos ni idea de quiénes somos. La diferencia es que algunos nos estamos volviendo más conscientes de que no sabemos quiénes somos; mientras que otras personas creen saberlo, pero se refieren a la persona que ellas mismas crearon. Y existe una gran diferencia entre

esos dos estados. Siento que, si tienes la sensación de no saber quién eres, es mejor estar en esa situación que creer que sabes quién eres cuando en realidad no lo sabes. No obstante, comprendo la batalla psicológica que se libra en el interior de una persona que no sabe quién es. Es algo muy difícil. Pero no deja de ser simplemente una emoción; y hoy os repetiré muchas veces esas palabras: no es más que una emoción. Verás, la mayoría de nosotros olvidamos que estas cosas son simplemente una emoción. En cambio, terminamos viendo esa emoción como una verdad absoluta e inalterable. No la percibimos como una emoción, sino como si fuera cemento; la vemos como algo inmutable, cuando en realidad una emoción puede simplemente fluir y salir de nosotros. Cualquier emoción que afrontes puede fluir si crees que es solo una emoción. Si crees que es algo distinto, entonces no fluirá tan bien.

3.8. Liberarse de creencias falsas es necesario para derribar la fachada

Participante mujer: AJ, he descubierto que desde mi infancia he adoptado muchas creencias que considero verdaderas, pero que en realidad son erróneas; estoy aprendiendo que no se trata de una emoción causal, sino simplemente de una creencia a la que me aferro. ¿Define esto parte de mi yo de fachada por el hecho de aferrarme a tales creencias? [00:45:12.04]

Siempre. Son creencias que has adoptado por diversos motivos. Algunas se basan en las creencias de tus padres, pero otras son consecuencia del daño que ellos te causaron, o del daño ambiental que sufriste, o bien resultado de decisiones que tomaste a lo largo de tu vida y que te dañaron. Todas ellas conforman tus sistemas de creencias. Y esos sistemas de creencias sirven luego de base para tomar decisiones futuras.

Ahora bien, si el sistema de creencias es erróneo —es decir, si no está en armonía con la verdad de Dios—, inevitablemente generará más dolor. La ironía es que tememos al dolor, pero lo creamos constantemente porque vivimos en una fachada construida a partir de un cúmulo de sistemas de creencias de los que no queremos desprendernos y que preferimos no mirar. Son precisamente nuestros sistemas de creencias los que debemos deconstruir para poder superar esa fachada. Y lo único capaz de deconstruir los sistemas de creencias es la verdad. La verdad de Dios.

La verdad de Dios sobre esta situación, pero también la verdad de Dios sobre nosotros mismos. ¿Cuál es la verdad de Dios sobre nosotros? ¿Cuál es la verdad de Dios sobre el yo dañado? ¿Qué le sucedió realmente a ese yo dañado? ¿Cuáles fueron los hechos concretos que provocaron ese daño? Todo ello forma parte de la verdad de Dios. Cuando Dios nos mira, ve todo eso. Dios ve todas las distintas cosas que han sucedido en el vaivén de nuestras vidas; Dios puede verlo todo en cuanto a cuál fue la causa y cuál fue el efecto; y, luego, cómo ese efecto generó una creencia y cómo, a raíz de esa creencia, provocamos otra serie de acontecimientos. Dios ve todo eso. Nosotros no. A menudo, simplemente vivimos inmersos en la adicción a esa creencia. Eso es todo. [00:47:16.05]

Participante: A veces me parece que la mejor pregunta que puedo hacer al orar a Dios es: “¿Por qué creo esto?”.

Sí. “¿Por qué creo esto? ¿Y es siquiera cierto?”. Sabes, a menudo la gente acude a mí con afirmaciones y yo pienso: “Lo siento, pero eso ni siquiera es cierto. En esa circunstancia concreta, eso no era siquiera verdad. Así que crees algo que no es cierto y estás procesando una emoción relacionada con una creencia falsa. ¿Estás realmente liberando una emoción causal? ¿Estás liberando algo del yo dañado? No”. Porque para liberar cosas del yo dañado tienes que procesar cosas que sean realmente ciertas, cosas que te sucedieron de verdad, cosas dañinas que realmente ocurrieron. No puedes sentarte a llorar por lo mal que te trataron de niño —cuando en realidad no te trataron mal— y esperar llegar a alguna parte. [00:48:06.00]

Participante: Escuché un DVD anterior sobre Adán y Eva y cómo se alejaron de Dios, y mi pregunta es: ¿fueron ellos los primeros en alejarse de Dios? Y para hacerlo, ¿necesitaron crear un yo de fachada? ¿O eso nos remonta demasiado atrás? [00:48:33.06]

No; lo que ellos hicieron fue algo diferente. Simplemente tomaron una elección o decisión —algo muy parecido a lo que le decía hace un momento a Natalie— basada en sus propios deseos y pasiones. Tomaron una elección o decisión que no estaba en armonía con la Verdad de Dios. [00:48:52.25]

Participante: ¿Entonces tenían que vivir en una mentira?

Bueno, eso es lo que sucede. Cada vez que tomas una elección o decisión que no está en armonía con la Verdad de Dios, tienes que vivir la mentira para creértela. [00:49:04.16]

Participante: ¿Y esa mentira crea el yo de fachada?

Por supuesto. Ahora bien, recuerda: parte del yo dañado surge de lo que le hemos hecho a otras personas en aspectos que no están en armonía con los principios del Amor y la Verdad de Dios. Así que cualquiera, incluso en un estado de perfección, puede crear un yo dañado. El problema para la mayoría de nosotros es que gran parte de eso se creó antes de que siquiera fuéramos conscientes de su creación; en cambio, la diferencia entre nosotros y Amon y Aman es que ellos lo crearon siendo conscientes de la elección que estaban tomando. Es una decisión muy distinta.

Verás, ellos tenían una serie clara de argumentos intelectuales que se planteaban a sí mismos —argumentos que no estaban en armonía con la Verdad de Dios—, y eso fue lo que creó su yo dañado; luego actuaron basándose en ese yo dañado, lo cual dio lugar a la creación de la fachada. En nuestro caso, el yo dañado comenzó en el instante mismo de nuestra encarnación. Desde el momento en que somos concebidos empezamos a absorber las emociones —las emociones dañadas— de nuestros padres, aquellas que ellos no quieren que sintamos. Y eso es lo que crea nuestra fachada. Nuestro deseo de alejarnos de eso es lo que crea nuestra fachada. [00:50:29.11]

4. El yo de fachada

Hablemos del proceso de deshacerse de la fachada y llegar hasta el yo herido. Quiero dar una charla en algún momento futuro sobre el yo herido y, más adelante, otra sobre el yo real: aquello que Dios creó realmente. Pero lo primero que debemos hacer es abordar la fachada —a la que muchos de nosotros seguimos aferrados por diversas razones— y examinar las creencias que sustentan nuestro deseo de mantenerla.

¿Qué hacemos con todas esas razones para evitar el yo herido? Bueno, la mayoría de nosotros pensamos: “Es demasiado difícil”. Así que optamos por aferrarnos al yo de fachada; utilizamos la ira para gestionar y controlar nuestro entorno y así no tener que profundizar en nuestro yo herido. De hecho, la mayoría ni siquiera reconocemos nuestros miedos a nivel emocional. No reconocemos nuestros miedos.

4.1. Necesitamos sentir para sanar

¿Recuerdas que en 2008, durante una charla, sugerí que el miedo es nuestro amigo? En aquella ocasión, propuse que hicieras una lista de todas las cosas que te causaban miedo. Muchos fueron a casa e hicieron la lista. Creo que os comenté entonces que mi propia lista —con todo aquello a lo que temía—

ocupaba unas treinta y tantas páginas. Y eso incluía solo las cosas que sabía que me daban miedo, no aquellas que descubrí después que también temía, pero que en ese momento no conocía.

Así que vamos a casa, hacemos la lista y ahí queda todo. Elaboramos la lista, pero no sentimos nada acerca de las cosas que contiene. Simplemente creamos una lista intelectual como parte de un intento por tomar conciencia pero, lamentablemente, no nos permitimos sentir cada miedo ni trabajar realmente en las razones por las que sentimos cada uno de ellos. Y esto es algo que también debemos tener presente: Es imposible avanzar en el Camino del Amor Divino si no sentimos algo realmente. Debo sentir para sanar.

¿Sabes qué hacemos en lugar de eso? La mayoría de nosotros todavía hacemos esto, de hecho: elegimos o tomamos la decisión de realizar una acción para evitar sentir.

Te daré un ejemplo de esto. El otro día estaba conversando con Gary y Deb; comentaba con ellos que yo tenía varios tipos de dolores en el cuerpo. Gary me sugirió que tomara consuelo, ya que eso me ayudaría mucho. Tengo una costilla fracturada en este momento, así que la sugerencia consistía en aplicarme primeros auxilios. Y, como les señalé en ese momento, dije: “Sí, es muy interesante; los dos me estáis pidiendo que me salte la emoción”. Esa comprensión básica no existe. Eso es lo que indica la situación.

Si nos centramos en el efecto e intentamos curarlo con un remedio, no estamos abordando la causa; por lo tanto, no comprendemos esta verdad fundamental: necesito sentir algo para sanar el problema. Tanto si tengo una costilla lesionada como si no, el principio es el mismo. Me lesioné la costilla debido a una larga serie de emociones que estaba negando, y debo asumir esa realidad. Verás, para cuando aparece la dolencia física ya hemos recorrido un largo camino de negación. Esa es la realidad. Cualquier dolencia física, cualquier malestar físico, para cuando aparece, ya hemos avanzado mucho en nuestra curva de negación. Tenemos que aprender a sentir para sanar. [00:57:07.25]

4.2. La escala miedo-dolor

Participante mujer: AJ, hace poco me di cuenta de que tengo miedo a todo. Así que mi pregunta es: cuando entro en mi proceso, ¿es posible que el miedo esté tapando cada una de las emociones? [00:57:22.13]

La realidad es que el miedo o la ira van a estar por encima de prácticamente todo en tu yo herido para que puedas crear una fachada. Sin embargo, ¿puedo abordar esa idea de que tienes miedo a todo? No tienes miedo a todo.

Participante: Da esa sensación.

Bueno, ¿has tenido hijos?

Participante: Sí, los he tenido.

Entonces, obviamente, no tenías miedo de tenerlos en el momento en que los tuviste; de lo contrario, habrías sentido demasiado miedo y nunca lo habrías hecho. [00:57:56.29]

Participante: Sí.

Así que, obviamente, no hiciste caso a tu miedo en aquel entonces.

Participante: No, pero ahora sí siento miedo respecto a tener hijos.

Eso es otra cuestión. ¿Y qué hay de conducir? ¿Has venido conduciendo hoy?

Participante: Sí.

¿Eso te da miedo?

Participante: Miedo a lo que podría pasar.

Tienes miedo de lo que podría pasar, pero aun así te subiste al coche.

Participante: Sí.

Y aun así condujiste hasta aquí. Así que el miedo no dominó tu vida en esas dos situaciones. ¿Has estado casada? [00:58:24.22]

Participante: Sí.

Así que no tuviste miedo de casarte. El miedo nunca te dominó hasta el punto de impedirte hacerlo.

Participante: No.

¿Tienes relaciones sexuales de vez en cuando?

Participante: Sí. (Risas)

Así que no tienes miedo de tener relaciones sexuales. El miedo no te domina. [00:58:43.24]

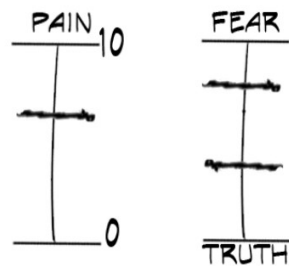
Participante: No.

No te impide tenerlas. [00:58:45.26]

Participante: No, pero sigue ahí.

Estoy de acuerdo en que sigue ahí; y esto es algo que debemos entender sobre el miedo, y es lo que os quiero ilustrar. Los miedos pueden estar presentes; el problema surge cuando permitimos que dominen nuestras vidas y vivimos en función de ellos. Ahí es cuando nos quedamos estancados. Cada vez que decides aceptar un miedo como una verdad, te quedarás estancado. Garantizado, siempre. Ahora bien, en el pasado muchos habéis tenido miedos pero no habéis permitido que os impidan actuar. Son los miedos que impiden actuar los que hay que abordar, pues son los que estropean la vida. Son aquellos que percibes como demasiado grandes como para manejarlos.

¿Recuerdas cuando en 2008 hablé en casa de Peter, en Eudlo, y dibujé un par de escalas en la pizarra? Había una escala del miedo, y ¿cuál es lo opuesto al miedo? La verdad, la verdad es lo opuesto al miedo. Luego estaba la escala del dolor, que va de 0 a 10. Cuando nuestro miedo es mayor que nuestro dolor, no hacemos nada respecto al dolor; cuando nuestro miedo es menor que nuestro dolor, entonces nos permitimos sentirlo.



Cuando el miedo (fear) es mayor que nuestro dolor (pain) no actuaremos (truth = verdad)

Y lo que te sugiero es que, cuando dices “tengo miedo de todo” —si bien puede haber algo de verdad en ello, dado que sentimos miedo respecto a la mayoría de las cosas de nuestra vida—, la diferencia radica en que, en muchos de esos casos, tu miedo ha sido menor que tu dolor; por eso has seguido adelante y has hecho las cosas de todos modos. El problema surge cuando nuestro miedo es mayor que nuestro dolor. Ahí es cuando tenemos problemas. Ahí es cuando dejamos de hacer cosas. Ahí es cuando nos estancamos, cuando ya no progresamos, cuando queremos huir de Dios, cuando queremos huir de nuestra propia alma. Es en ese momento cuando queremos hacer eso.

Y lo que sucede, al principio, cuando encontramos y descubrimos la Verdad Divina, es que sentimos muy poco miedo porque estamos en ese estado de alegría por el descubrimiento. Muchos habéis pasado por esto: estáis en ese modo de alegría por el descubrimiento. No sentís tanto miedo y, por lo tanto, simplemente pasáis a la acción. Pero esas acciones generan reacciones en vuestro entorno. En otras palabras, empezáis a veros atacados debido a las elecciones y decisiones que tomáis. Entonces, vuestros niveles de dolor en esas áreas son bastante elevados, y el miedo a afrontar ese dolor es aún mayor. Tenemos mucho miedo de lo que los demás piensen de nosotros, de que nos desaprobeen, de qué tipo de aceptación tendremos a largo plazo, etcétera. Y lo que termina ocurriendo es que el miedo domina nuestra vida. Así, esa alegría inicial que sentíamos al descubrir la Verdad Divina se pierde ante nuestro deseo de permanecer en un lugar dominado por el miedo; y debemos abordar esto. Esto forma parte de la fachada. Es lo que crea la fachada. [01:02:39.21]

4.3. Afrontar el dolor que hemos causado a los demás

Ahora bien, un gran problema que enfrentamos con nuestra fachada es que nos sentimos relativamente satisfechos culpando a otras personas de nuestro dolor. A la mayoría de nosotros nos resulta muy fácil caer en el dolor emocional que otras personas han provocado en nuestras vidas. ¿No es cierto?

Digamos que tu pareja te es infiel sexualmente. La mayoría de la gente tendría que lidiar con un gran pesar por ello, ¿verdad? Una vez que hemos sanado todo eso, ya no tenemos esa pena con la que lidiar; pero al principio sentimos el dolor asociado a toda la sensación de traición, a la sensación de no poder confiar en la otra persona y a muchas otras emociones que surgen. A la mayoría nos surgiría mucho dolor relacionado con eso. Y, en comparación, nos resulta relativamente fácil conectar con ese dolor. Así que atravesamos este proceso de duelo en el que pasamos de la negación a la ira, y de la ira a la pena por lo sucedido, y luego tenemos esa pena. Y, en el proceso de experimentarla, nos liberamos de ello. Pero el mayor problema que la mayoría afrontamos son las cosas que les hemos hecho a los demás. [01:04:58.26]

La mayoría de nosotros vivimos en una enorme negación en ese aspecto concreto de nuestra vida. Y queremos mantener la fachada de que somos mucho mejores —creemos ser mucho mejores— de lo que realmente hemos sido —o, de hecho, incluso de cómo estamos siendo—.

Mañana daré una charla titulada “Vida espiritual - El estado de sueño”. Voy a hablar sobre lo que haces mientras duermes y, para muchos, resultará una conversación que planteará un desafío enorme. La razón es que muchos, durante el sueño, realizamos acciones que dañan a otros y que

negamos por completo cuando estamos despiertos, pues en nuestro estado de vigilia vivimos bajo una fachada. Es mucho más difícil mantener esa fachada mientras dormimos. Y la razón por la que es más difícil es que cualquiera puede ver el estado de tu cuerpo espiritual durante el sueño. Cualquiera puede hacerlo. Estás totalmente desnudo emocionalmente ante cualquier persona. En tu estado de vigilia, aquí, posees un cuerpo físico y puedes mantener cierto grado de desconexión respecto a tu cuerpo espiritual y a tu verdadera condición. Este es un problema al que nos enfrentamos aquí, en la Tierra.

En la Tierra, tendemos a desear la fachada porque no somos capaces de afrontar nuestro propio yo herido. Juzgamos a ese ser herido; en particular, ni siquiera queremos conocer la verdad sobre lo que dicho yo herido les hace a los demás. Nos sentimos perfectamente cómodos sintiendo el daño que otros nos causan, pero no nos agrada nada sentir lo que nosotros les hacemos a ellos. Sentimos una enorme vergüenza y emitimos juicios al respecto, por lo que terminamos bloqueando aquellos aspectos de nuestra vida que no deseamos asumir ni afrontar.

Aquí es donde nos ponemos realmente pesados con los demás, donde nos volvemos muy exigentes y dependientes; queremos que los demás nos aprueben y acepten, y que hagan lo que nosotros queremos. Incluso queremos que digan lo que nosotros queremos que digan. He usado muchas veces el ejemplo de la esposa que se compra un vestido nuevo y pregunta: “¿Me veo gorda con esto?”, y el marido responde: “Sí, te ves gorda”. Ahora bien, ¿con qué frecuencia sucede eso? Muy rara vez, y la razón es que queremos que la gente que nos rodea acepte la fachada a la que nos aferramos. Por eso no estamos dispuestos a ir más allá, a profundizar y decir: “No, no quiero que los demás acepten la fachada porque no es mi verdadero yo. Les estoy mintiendo constantemente al mostrar esa fachada”. Verás, la mayoría de nosotros no afrontamos el hecho de que la fachada es pura mentira. [01:08:40.11]

Y muchos decimos: “Pero yo no miento a la gente”; sin embargo, muchos mentimos a cada instante debido a la fachada que mostramos constantemente. Y aun así, decimos: “No, yo no miento”. Mentimos todo el tiempo porque estamos inmersos en la fachada que queremos mantener y que queremos que los demás acepten. Una cosa es querer aceptar la fachada uno mismo, pero otra muy distinta es querer que los demás también la acepten. De hecho, gran parte de tu deseo de hacer daño a los demás se basa en que quieres que acepten tu fachada. [01:09:36.11]

4.4. Mantener la fachada puede generar confusión

Participante mujer: Hay confusión emocional en mi yo dañado y tomo decisiones basadas en...

Mira, yo te diría que eso no es cierto, Jen. No es tu yo dañado el que siente confusión. [01:09:56.27]

Participante: Bueno, ¿de dónde viene entonces?

Bueno, no de la confusión de la que hablas, en todo caso. La confusión de la que hablas se debe a que intentas mantener el yo de fachada. Verás, cuando realmente sientes las emociones de tu yo dañado, no te sientes confundida en absoluto. Entiendes exactamente de dónde provienen las emociones. Después de terminar de sentir la emoción, sabes exactamente dónde se originó en tu vida, qué fuente la produjo, qué persona estuvo involucrada en la interacción; incluso podrías saber el día exacto o, concretamente, el año y la edad que tenías cuando ocurrió realmente ese daño. No hay confusión al sentir tu yo dañado. Lo que provoca la confusión es el deseo de no sentir tu yo dañado.

Cuando nos sentimos del todo confundidos es porque deseamos no sentir el yo real ni el yo dañado. Recuerda que dije antes que estas dos cosas son como el interior de un huevo. Son fluidas y fluyen con facilidad. Las cosas se determinan fácilmente. No hay resistencia. No hay dureza a su alrededor. Es nuestro yo de fachada el que utiliza la excusa de la confusión para evitar la claridad del yo dañado, y también la del yo real. Tanto el yo dañado como el yo real poseen claridad. Muchos de vosotros ya lo sabéis: cuando procesáis una emoción y salís de la fachada para entrar en el yo dañado,

obtenéis una claridad casi total sobre cómo se creó esa emoción y qué os está sucediendo; además, tenéis claridad emocional en ese momento. Realmente os sentís conectados con vosotros mismos en ese instante. Así que, siempre que estamos en un estado de confusión, se trata de una de nuestras fachadas; en realidad, queremos crear confusión para evitar la condición de daño.

5. Continuación: Los tres yoes

Participante mujer: Me preguntaba si todos estamos constantemente en la fachada o en el yo dañado cuando procesamos emociones. ¿Tenemos realmente atisbos de nuestro yo real? Y, si es así, ¿cómo sabemos cuándo estamos sintiendo nuestro verdadero ser, dado que la fachada está tan arraigada? [01:12:49.27]

Bueno, veamos lo que sucede realmente con la mayoría de nosotros. Tenemos una personalidad, o una cierta sensación de ser nuestro verdadero yo. Luego, eso pasa por el filtro de lo que nuestros padres y nuestro entorno hicieron con nosotros, así como por lo que nosotros mismos nos hemos hecho y les hemos hecho a los demás; y, al final, observamos el resultado de todo ello. Así que lo que vemos es una mezcla: la parte de nuestra verdadera personalidad entremezclada con el daño sufrido y con el daño que nos hemos infligido a nosotros mismos, y encima lo percibimos todo del revés¹.

Así que la realidad es que, al recorrer estas emociones a la inversa, es posible que vislumbres tu verdadero ser y termines aceptando esa parte específica de ti misma. Pero eso no significa que no haya otras áreas que examinar; simplemente significa que eso es lo que estás haciendo en esa área concreta. Pero sí, ciertamente, podemos ver una mezcla de esas diferentes cosas: el verdadero yo, el yo dañado y nuestro yo de fachada.

La fachada es lo más difícil de atravesar; y cuando digo “es lo más difícil” me refiero a que suele ser aquello que más tiempo nos lleva, ya que es donde mostramos mayor resistencia. Y nos resistimos especialmente a una cosa: la verdad. Como nos resistimos a la verdad, esa fachada actúa como una coraza dura que golpeamos una y otra vez, pero sin la fuerza suficiente para romperla. Y solo la verdad nos permite, finalmente, romper esa coraza. Una vez que lo logramos, sentimos el daño que llevamos dentro y, a menudo, percibimos incluso el yo real que subyace bajo ese daño. Y entonces piensas: “¡Vaya, yo ni siquiera soy así! Esa no es mi verdadera naturaleza”.

5.1. El yo real no conoce el miedo

¿Sabéis cuántos de vosotros tenéis miedo en este momento? Muchos diríais que tenéis una larga lista de temores y que sentís miedo ante casi todo. Pues bien, este yo real no le teme a nada —absolutamente a nada—. El yo real que Dios creó no conoce el miedo. Si reflexionas sobre esto, podrías pensar: “Muy bien, si siento miedo, lo justifico y me convengo de vivir con él, entonces es evidente que estoy muy lejos de estar en armonía con mi yo real, ¿verdad?”. Sin embargo, te sorprendería ver con qué frecuencia muchos de vosotros justificáis vuestros miedos ante los demás para evitar atravesar una emoción. Y, no obstante, este yo real no siente ningún miedo. El yo real carece por completo de miedo. [01:16:08.08]

Ahora bien, solo imagina por un momento que vivieras tu vida sin miedo, en el verdadero sentido de la palabra: sin miedo alguno. Esto es bastante difícil de imaginar para la mayoría de nosotros porque, lamentablemente, nuestra realidad es que vivimos condicionados por muchos temores; y ahora pensamos que el miedo está justificado, ¿verdad? Nos justificamos a nosotros mismos y a quienes nos rodean sobre por qué debemos aferrarnos a un miedo en particular, creyendo que si no lo hacemos ocurrirá algo malo. Y, sin embargo, este yo real no tiene ningún miedo; considera que no puede suceder

1 Vemos primero lo que hemos creado nosotros, la fachada, cuando lo “primero” en realidad es el yo real. (N.d.T)

nada malo —eso es lo que piensa—. Sin embargo, debido a todo el daño y a las experiencias desamorosas que hemos sufrido a lo largo de la vida, ha llegado a creer —y nosotros llegamos a este punto donde sabemos— que pueden ocurrir cosas malas; sabemos que pueden suceder, pero no comprendemos por qué ocurren.

5.1.1. El ejemplo del miedo a ser violada

Pero este yo real, una vez que alcanza ese estado de claridad libre de miedo, es inmune a que le suceda algo malo. Y, no obstante, justificamos constantemente el miedo para evitar ciertas acciones que podríamos haber emprendido, basándonos únicamente en una emoción; una emoción que *no es más que eso: una emoción*. La mayoría de las cosas que nos han sucedido ocurrieron en el pasado. Muchas de las cosas que tememos no nos están sucediendo en este preciso instante. ¿Cuántas mujeres de entre vosotras temen ser violadas en una situación de anarquía? La mayoría. ¿Cuántas habéis sido violadas realmente? Una cantidad inferior a una cuarta parte. ¿Cuántas habéis sido violadas en los últimos dos años? Ninguna. ¿Veis entonces que estos sucesos ocurrieron en el pasado? Ya habéis afrontado la situación, en el sentido de que ya la habéis vivido y seguís con vida. Es natural sentir emociones al respecto, pero ya habéis pasado por ello. Entonces, ¿por qué basarías el resto de tu vida en función de ese acontecimiento pasado?

Lógicamente, no existe una buena razón para basar el resto de tu vida en un suceso del pasado. Sí que hay una buena razón para procesarlo emocionalmente y liberarte de él emocionalmente. Así que no digo que no debas hacerlo; lo que quiero decir —y lo que sucede la mayor parte del tiempo— es que los miedos que experimentamos en el presente son, en realidad, temores relacionados con cosas que ocurrieron en el pasado y que no nos están sucediendo ahora mismo. Y, sin embargo, seguimos teniendo miedo.

Ahora bien, puedo entender perfectamente por qué alguien sentiría miedo ante un suceso si estuviera ocurriendo en este preciso instante. Tiene más sentido temer algo que está sucediendo realmente que temer algo que ocurrió en el pasado. Y recuerda: el 75 % de vosotras —mujeres que levantaron la mano— nunca han sido violadas. Así que, en realidad, temen un suceso que nunca les ha ocurrido. ¿Os parece lógico? ¿Temer un suceso que nunca habéis vivido, sino que le ocurrió a otra persona?

Verás, a menudo estos miedos nos absorben y no queremos afrontarlos; nuestros niveles de miedo se elevan tanto que preferimos aferrarnos a un sistema de creencias que ni siquiera tiene ningún sentido lógico; y todo porque nuestros niveles de miedo son altísimos. Puedo comprender mejor el miedo a una posible violación futura en una mujer que ya ha sido violada, que en una mujer que nunca ha pasado por ello. ¿Ves la diferencia? A una le ha ocurrido realmente; a la otra, no. Y, lamentablemente, son los sucesos que hemos vivido los que a menudo condicionan nuestra vida futura; por eso necesitamos liberarnos emocionalmente de ellos.

Sin embargo, muchos de nosotros, como parte de nuestra fachada, albergamos todo un conjunto de creencias que hemos construido nosotros mismos, sin que nadie más haya participado en su elaboración. Obviamente, si crecí con una madre que fue violada, existe la posibilidad de que alguien haya influido en mi creencia de que yo podría ser violada. Y ciertamente entiendo cómo puede ocurrir eso. Pero eso no justifica aferrarse a tal creencia, ¿verdad? Porque es posible liberarse emocionalmente de ella y conectar con nuestro verdadero yo. Verás, el yo real no teme una violación. Y uno se pregunta: “¿Qué? ¿Cómo es posible?”. Porque el yo real conoce toda la verdad. El yo real —y hablo del yo real una vez que nos hemos unido a Dios, concretamente— es perfecto; conoce toda la verdad. Conoce la verdad sobre la vida, la muerte, la sexualidad, todo. Conoce la verdad sobre todas estas cosas. El yo real sabría incluso quién podría llegar a ser un violador. Entonces, al pasar junto a alguien en la calle, sabrías que esa persona es un violador en potencia. No sería buena idea pasar mucho tiempo con él. El yo verdadero tiene esa capacidad de percepción. Mi yo dañado piensa: “Tengo miedo”, porque tal vez

sufrió una violación y llevo toda esa emoción dentro de mí. Pero el yo de fachada dice: “No quiero saber nada del tema; simplemente trataré a todos los hombres como si fueran violadores en potencia”. Y he oído a muchas de vosotras, mujeres, decir que todos los hombres son unos bastardos y que todos son violadores. Estábamos viendo un programa de televisión y una mujer dijo básicamente eso: que, en su opinión, todos los hombres eran violadores. [01:23:43.22]

Participante mujer: Recuerdo un dicho que decía que todos los cuervos son negros y todos los cuervos son pájaros; por lo tanto, todos los pájaros han de ser negros. [01:23:59.20]

(Risas) ¡Sí!

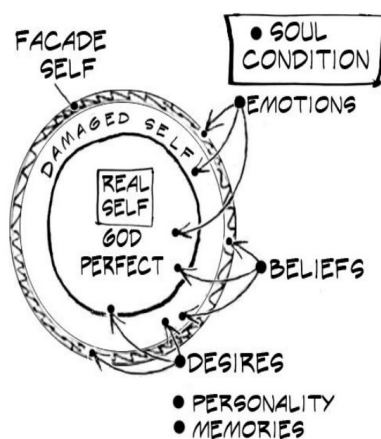
Participante: Y luego otra persona dijo que todos los indios caminan en fila india; al menos el que yo vi, sí. Y entonces se me ocurrió preguntarme: ¿con cuántos hombres habría tenido trato realmente para llegar a una afirmación tan radical como esa? [01:24:21.20]

Sí. Incluso si hubiera tenido trato con los tres mil quinientos millones de hombres del planeta, eso no significa que sea cierto. Porque existen todos estos espíritus en el mundo espiritual, y nuestra experiencia personal es muy limitada. Pero tienes razón; la lógica que utilizamos a menudo no es válida. No es lógica, está impulsada por emociones. [01:24:52.02]

5.2. La Ley de Atracción actúa sobre los tres yoes

Participante: Me surgió una idea sobre nuestra Ley de Atracción y cómo se relaciona con el yo dañado, el yo real y la fachada. ¿Podrías aclarar esto, por favor? [01:25:08.05]

Claro. Recuerda que la Ley de Atracción se basa en muchas cosas, pero ¿recuerdas que dije que los tres “yoes” constituyen tu alma? Y la Ley de Atracción se basa en la condición del alma, la cual está compuesta por emociones, creencias, deseos, pasiones, anhelos, personalidad, recuerdos, etcétera. La Ley de Atracción se basa en la condición del alma y en lo que esta atrae; y la condición del alma se basa en emociones, creencias, deseos, personalidad, etcétera —todas estas cosas diferentes—. Ahora bien, ¿puedes ver que, en el ámbito emocional, el yo de fachada tiene emociones, el yo dañado tiene emociones y el yo real tiene emociones? Obviamente, los tres en conjunto van a generar la Ley de Atracción en lo que respecta a desencadenar diferentes emociones. No solo tu fachada.



La ley de atracción opera sobre cada aspecto de la condición álmica para cada uno de los yoes

[“para cada uno de los yoes”, para cada parte del “huevo”: yo herido (*damaged self*), yo de fachada (la “cáscara”: *facade self*), y yo real (*real self*)] [*soul condition*: condición álmica] [*facade self*: yo de fachada] [*desires*: deseos] [*beliefs*: creencias] [*personality*: personalidad] [*memories*: recuerdos]

Entonces, si observas tus sistemas de creencias, verás que el yo de fachada tiene los suyos propios; el

yo dañado suele tener un conjunto de creencias completamente distinto, y el yo real a menudo posee otro conjunto totalmente diferente; y a veces están en abierta contradicción entre sí. La suma de todo ello determinará la Ley de Atracción de tus sistemas de creencias: a quién atraes —con quién llegas a hablar, con quién conversas sobre asuntos espirituales o sobre tus convicciones políticas, religiosas, etcétera—. Todas esas facetas o ámbitos de la vida se combinarán en función de lo que realmente esté ocurriendo en el interior de esos distintos yoes.

Ahora examinemos los deseos. El yo de fachada tiene todo un conjunto de deseos, ¿verdad? Tiene muchos deseos que van en dirección totalmente opuesta a la que el yo real necesita seguir; pero aun así, alberga muchos deseos. El yo dañado también tiene ciertos deseos que no han sido satisfechos. Por ejemplo, si el yo está dañado debido a que mamá o papá nunca le demostraron amor, y conserva en su interior la sensación de que “mi madre no me quería”, entonces —como parte de ese daño— sentirá el deseo de ser amado por una mujer. Y es posible que no sea muy selectivo respecto a qué mujer elige, en cuanto a cómo actúa realmente para satisfacer ese deseo concreto. Por otro lado, el yo real también tiene deseos y pasiones —la personalidad real los tiene—; y todos se combinan en un único conjunto de deseos —por así decirlo—, que abarcan un ámbito muy amplio; y esto genera una atracción y también constituye una parte de tu Ley de Atracción.

Entonces, lo que intento ilustrar es que estos distintos aspectos de nuestra alma tienen asociados tres ámbitos principales: un ámbito de fachada, un ámbito dañado y un ámbito real. Y es la combinación de estas tres partes de nosotros mismos lo que determina nuestra Ley de Atracción. Ahora bien, una vez que nos liberamos de la fachada, solo dos partes controlan la Ley de Atracción. Y cuando liberamos el daño, es una sola parte la que la gobierna: nuestro yo real. Dado que las distintas partes de nuestro ser influyen en la Ley de Atracción, esta opera constantemente en direcciones opuestas.

Por ejemplo, el yo dañado quiere sanar, mientras que el yo de fachada no quiere. Así, nos encontramos con dos conjuntos de deseos impuestos sobre una misma alma. Una parte dice: “Quiero sanar; quiero sanar; quiero sanar”. Por eso muchos de vosotros decís: “Quiero sanarme”, pero las siguientes palabras que salen de vuestra boca demuestran que no es así, pues volvéis a la fachada, y la fachada no quiere sanar. Entonces, a menudo, lo que termina ocurriendo es que aquello a lo que más tememos es lo que controla lo que sucede, en cuanto a nuestra voluntad. A menudo usamos nuestra voluntad en una dirección completamente distinta a aquella en la que la sanación requeriría que la usáramos. Y eso se debe a que el yo de fachada no desea sanar. El yo de fachada tan solo desea que las cosas sean diferentes.²

Cuando oráis, muchos lo hacéis desde vuestro yo de fachada; y esa oración no puede ser respondida. Entonces, la oración con la que muchos de vosotros continuáis es esta: “Por favor, quítame esto de encima”, en vez de: “Por favor, ayúdame a sentir esto”. ¿Podéis ver la diferencia? Hay algo que Dios no puede hacer: cumplir el deseo de vuestra fachada, el de que se os retire algo sin que tengáis que realizar ningún esfuerzo ni experimentar ningún sentimiento al hacerlo. Así que vuestra voluntad está en la fachada. En otras palabras, decís que queréis progresar, pero al mismo tiempo realizáis acciones que demuestran lo contrario. Debemos poner fin a esto si realmente queremos progresar. Necesitamos alejarnos de nuestro yo de fachada y empezar a reconocer que, efectivamente, nuestro yo de fachada no desea sentir nada; y nuestro yo herido desea sentir el daño; y nuestro yo real desea ser quien realmente somos. Todo eso ocurre simultáneamente. Y cuál deseo vamos a elegir seguir va a depender simplemente de a qué parte le tenemos más miedo. Y la mayoría de las veces tememos más a nuestro yo herido, por lo que nos refugiamos en la fachada, y es esta la que dicta nuestras acciones.

Participante: ¿Nuestros bloqueos frente a la emoción están en la fachada? [01:32:28.11]

Sí. Todos tus bloqueos frente a la emoción residen en la fachada. La fachada representa un desafío, ya

² Diríamos que en el sentido del dicho: “que todo sea diferente para que nada cambie” —cosa muy típica en “política”—. (N.d.T)

que es necesario atravesar y experimentar tus bloqueos emocionales antes de poder realmente sentirlos. Sin embargo, una vez que esa fachada se disuelve en un área determinada, se obtiene acceso directo a las emociones heridas. Y estas fluirán entonces libremente, como el agua que se derrama de una jarra; ni siquiera podrás controlarlas, y mucho menos intentarlo. La capacidad de controlar nuestras emociones heridas nace precisamente de ese deseo de mantener la fachada; de ahí es de donde proviene. Mientras nos aferramos a mantener esa fachada, no podemos acceder plenamente a las emociones que necesitamos procesar para sanar. Y, lamentablemente, para muchos de nosotros eso es lo que ocurre en nuestras vidas, en nuestro día a día: seguimos actuando de esta manera.

Ahora bien, recuerda que no debes ser duro contigo mismo en este aspecto, ya que lograrás esto en algunas áreas pero no en otras. La clave está en aprender a deshacerse de la fachada en todos los ámbitos; eso lleva tiempo y, para cuando lo hayas logrado, probablemente ya estarás mostrando tu verdadero ser. Pero el objetivo es dejar de aferrarse a la fachada. [01:33:52.04]

5.3. La importancia de la voluntad para derribar la fachada

Participante: ¿Entonces se necesita fuerza de voluntad o se necesita entrega, rendirse?

Siento que, en primer lugar, necesitas fuerza de voluntad. Recuerda que tu voluntad surge de tus sentimientos; no es solo un pensamiento. Muchos creemos tener voluntad, pero en realidad es solo un pensamiento. ¿Ves la diferencia? La voluntad, cuando realmente la posees, guía tus acciones de manera definitiva. Actúas al instante. No postergas las cosas cuando ejerces tu voluntad en una dirección determinada. Si piensas en tu vida cotidiana, verás que las cosas que realmente quieres hacer son las que, por lo general, terminas realizando; porque estás ejerciendo tu voluntad en esa dirección. En cambio, ante aquellas cosas que crees que quieres hacer pero que no llevas a cabo, es evidente que sientes mucha resistencia; de lo contrario, también las harías.

Participante: ¿Pasiones y deseos?

Bueno, creo que eso forma parte de tu voluntad³. Necesitamos involucrar nuestras pasiones y deseos; pero volviendo a la idea de la voluntad, esta es fundamental. De hecho, tu voluntad es el regalo supremo que Dios te otorgó, aparte del don del amor, para el cual también debes usar tu voluntad al pedirlo. La realidad es que ni siquiera el Amor de Dios puede llegar a ti sin que tu voluntad se exprese plenamente. Por tanto, el deseo del alma de hacer algo —que podríamos definir como su voluntad de hacerlo— será la fuerza creativa dominante en tu vida. Ahora bien, si realmente no tienes la voluntad, es muy probable que no lo hagas. Por eso considero que la voluntad es una parte fundamental para quebrar la fachada. ¿Realmente quieres saber quién eres? Y os planteo esto a todos: la mayoría de

3 En las enseñanzas de años posteriores, vemos que Jesús y María M. definen la *voluntad* como la *condición actual del alma*. En cierto sentido, al leer este párrafo, puede venir bien sustituir “voluntad” por “libertad”, ya que parece referirse, cuando habla de voluntad, al libre albedrío, la libre voluntad —como si la esencia de la voluntad fuera en parte esa libertad—. Es un experimento curioso.

Es remarcable, por cierto, que hoy en día muchos discursos en muchos ámbitos utilizan mucho la palabra “libertad”; sin embargo, Jesús no parece usarla más que cuando se refiere al “libre albedrío” (free will).

El deseo sería, en parte, algo así como una parte del alma —como veremos definido poco más abajo en este mismo encuentro—. Para crecer, tenemos que cultivar el deseo en el sentido positivo de “tirar del alma”, de la condición actual, hacia cosas verdaderamente amorosas.

La fuerza de voluntad —el hecho de forzar la voluntad, de vivir forzando la voluntad— será entonces algo en cierto sentido contrapuesto al deseo. Más que forzarnos, la idea sería cultivar deseos más y más puros y amorosos, desafiando miedos, etc. El hecho de tener que forzarnos para hacer algo —o bien, forzarnos a no hacer algo o a no hacer nada— indicaría algo así como que no estamos en el camino del amor divino. Forzarnos indica que no estamos “sintiendo/siendo nuestra alma primero”, que no lo hacemos “de corazón”, que no estamos priorizando a Dios, etc. (N.d.T)

nosotros, en realidad, todavía no queremos saber quiénes somos, porque queremos mantener la fachada. ¿Y por qué queremos mantenerla? Por todas esas razones basadas en el miedo que enumeramos antes —y muchas más—, y por todas las razones basadas en la ira que también mencionamos —y muchas más—. Queremos mantener la fachada por todo ello. Pero si la mantienes, nunca llegarás a la etapa de sentir y liberar tu yo dañado, ni a la de encontrar a tu yo verdadero. Dios quiere que conozcas tu verdadero yo; eso es lo que Él desea de ti. [01:37:12.28]

Participante: ¿Es el proceso en el mundo espiritual diferente al de aquí?

No. De hecho, en cierto modo es incluso un poco más difícil, ya que en el mundo espiritual tu yo dañado a menudo domina tu vida, aunque hay muchas personas allí que también intentan mantener una fachada; sin embargo, eso es mucho más complicado, porque cualquiera que pase por allí puede mirar tu cuerpo y pensar: “Mmm, ¡no creo que estés diciendo la verdad!”. Mientras que aquí, en la Tierra, miramos el cuerpo de una persona —si quizás tiene un aspecto encantador— y pensamos: “Sí, debe de estar diciendo la verdad; se ve bien”. En cambio, en el mundo espiritual observan el cuerpo espiritual y dicen: “Sí, ya veo, no estás diciendo la verdad, pues puedo ver esta herida, esta otra y esta más en ti”. Así que resulta mucho más difícil mantener la fachada. Esa es la única diferencia. No obstante, sigue siendo muy fácil vivir en esa fachada. Y lo que quiero decir con esto es que los infiernos están totalmente poblados, en este momento, por miles de millones de personas que siguen intentando mantener su fachada⁴, a pesar de que sus propios cuerpos les indican lo contrario. Pero aun así, tratan de sostener esa fachada.

La semana pasada realicé una sesión privada de canalización con algunas personas, y se presentaron algunos de sus familiares para hablar. Querían que sus parientes vinieran a hablar porque deseaban saber en qué lugar del mundo espiritual se encontraban y que tal les iba. Todos los miembros de esta familia en particular seguían aferrados a su fachada en el mundo espiritual. Si bien estaban en los infiernos del mundo espiritual a consecuencia de dicha fachada, esta se resquebrajó fácilmente en cuanto yo les dije la verdad al respecto. Una de las cosas que les pregunté fue: “¿Has comparado el brillo de tu cuerpo con el brillo de esta persona de aquí, la que está a tu lado?”. “No”. “¿Esa persona se ve bien?”. “Sí”. “¿Y tú cómo te ves?”. Y entonces se hace el silencio. “¿Cómo te ves?”. “No me veo muy bien”, responden. “En comparación con esa persona radiante, ¿cómo te ves?”. “Sí, él se ve muy bien”. “¿Te gustaría ser como él?”. Así, se establece una comparación que permite que la persona empiece a ver su propia fachada. Pero el problema, para la mayoría de nosotros, está en que no queremos ver nuestra fachada. Tanto en la Tierra como en el mundo espiritual, muchas personas permanecen en ese estado. [01:40:13.17]

Participante: Entonces, si es efectiva, ¿la oración es el ejercicio de tu voluntad?

Sí. Definitivamente es el ejercicio de tus deseos, lo cual constituye una gran parte de tu voluntad. Por ejemplo, esa oración que mencioné antes: “Por favor, quítame esto”. Esa es una oración que la mayoría de nosotros hacemos en algún momento, pero no es una oración que pueda ser respondida. Muchos de nosotros queremos que Dios retire de nosotros las cosas sin tener que pasar por la experiencia del proceso. Lo que debemos hacer, en cambio, es estar dispuestos a permitir la experiencia del proceso. Así, en vez de orar diciendo “Por favor, quítame esto”, oraríamos —sintiendo realmente el deseo por ello— diciendo: “Por favor, ayúdame a sentir esto”, en vez de “retíramelo”. Esa sí es una oración que Dios puede responder. Él te ayudará a sentirlo, y a sentirlo muy rápidamente, si estás dispuesto a usar tu voluntad en esa dirección.

⁴ Es una condición paradójica, como vemos: por un lado es difícil mantener la fachada, pero es que las propias leyes del mundo espiritual nos sitúan tajantemente en unas condiciones muy específicas de entorno (personas y fisicidad), donde, al estar rodeados de gente similar, no necesitamos disimular —o bien, al estar en zonas desérticas, ídem—. (N.d.T)

Entonces, lo que observo es que muchas personas siguen ejerciendo sus pasiones y deseos en armonía, principalmente, con su yo de fachada. El yo dañado —si conectas plenamente con él o ella— tiene un deseo muy fuerte de que afrontes la verdad. Imagina por un momento a un niño de cinco años que acaba de recibir un golpe de otro niño. El niño corre hacia ti, llorando, con las lágrimas corriéndole por el rostro, y dice: “¡Me pegó, me pegó, me pegó!”. Sigue llorando desconsoladamente y tú le dices: “No es para tanto; sé un poco más fuerte”, o algo por el estilo. Pues bien, justo antes de ese momento el niño estaba en su verdad emocional auténtica; naturalmente, quería sentir la verdad de lo sucedido. En el instante en que intervino el adulto, se intentó impedir que el niño sintiera lo que había pasado. Y a menudo, el niño se rebela ante esto. A los niños no les gusta que les pase eso [esa represión], y tu yo dañado es ese niño. [01:42:55.15]

Participante: ¿Entonces ese es tu niño interior, ese niño del que hablas?

Sí. A menudo, ese yo herido es tu niño interior. Teniendo en cuenta, por supuesto, que el yo herido también puede haber causado parte del daño mediante tus propias acciones, lo cual es distinto. Pero para la mayoría de nosotros, el yo herido quiere conocer y sentir la verdad. Es el yo de fachada el que sigue diciendo: “No, no quiero saberlo, no quiero saberlo. No quiero sentirlo; no quiero sentirlo”. Muchas veces creemos que queremos saberlo, pero no queremos sentirlo. Y a menudo muchos de vosotros hablan de ello, hablan hasta el agotamiento, pero siguen sin sentirlo.

A veces me asombra lo frecuente que es sentarse con personas y preguntarles: “¿Cómo estás?”. “Bueno, hoy estuve procesando esta emoción y aquella otra, y bla, bla, bla...”. Y luego, quince minutos más tarde, tras haber descrito todas esas emociones distintas que experimentaron durante el día, yo pienso: “¿Y por qué necesitabas contarme todo eso si realmente has procesado la emoción?”. A menos que hubiera alguna razón para enseñarme algo, no le veo mucho sentido. ¿Tú sí? A menos que vayamos a analizar una emoción para enseñar algo a alguien al respecto, hablar de mi emoción personal tiene muy poco sentido. Si realmente he sentido mi propia emoción personal, tú no tienes idea de cómo será. Puedo hablar hasta cansarme y aun así no vas a sentir lo que yo viví, porque fue mi emoción personal, pasada por los filtros de mi personalidad y de mi vida, y no hay forma de que puedas entenderla. ¿Por qué siquiera intentar que la entiendas? El intento mismo de hacer que la entiendas está impulsado por una fachada. Está impulsado por alguna otra cosa. [01:44:55.26]

Participante: ¿A la gente le cuesta mantener conversaciones largas contigo, AJ?

(Risas) Bueno, no parece ser el caso; pero últimamente no mantengo conversaciones largas con personas que están en su fachada. Así pues, sí, a menudo a las personas que están en su fachada les resulta muy difícil siquiera acercarse a mí, y mucho menos abrir la boca, porque temen lo que yo pueda decir. Y te planteo esto: si temes lo que otra persona pueda decir, ya estás intentando mantener tu fachada. Porque si no temieras lo que alguien pudiera decir, estarías dispuesto a afrontar la situación, pase lo que pase. [01:45:47.01]

5.4. Sentir miedo del yo real

Participante hombre: Siento que percibo destellos de grandes deseos y pasiones en mi yo real. Y les tengo mucho miedo porque miro a través de los filtros, así que caigo en la inacción, ya que el deseo parece demasiado grande. [01:46:12.11]

Bueno, es cierto que tu yo dañado puede sentir miedo de tu yo real. ¿Pero entiendes por qué? Es bastante sencillo comprenderlo. La única razón por la que tu yo dañado temería a tu yo real es que a tu yo dañado se le enseñó que tu yo real estaba equivocado, o que era malo, y que debía ser castigado. Así

que todo se reduce a una emoción, una emoción generalmente relacionada con tus padres y con cómo te trataban cuando te expresabas desde tu yo real.

Verás, la mayoría de los niños —especialmente cuando son muy, muy pequeños— se manifiestan desde su yo real con bastante frecuencia. Y, como resultado, a los padres generalmente no les gusta esto, porque desafía todas y cada una de sus emociones; en particular, desafía la Ley de la Atracción del propio padre o madre, que fue la que atrajo a su vida a un niño con esa personalidad en primer lugar. Así que el padre intenta manipular y controlar el yo real del niño. Esto es lo que causa el daño.

En otras palabras, la incapacidad de los padres para aceptar lo que Dios diseñó en el yo real del individuo hace que intenten modificarlo para ajustarlo a sus propios miedos, a su ira y a su rabia. Y, como consecuencia, proyectan sobre el yo real la idea de que “tu yo real no sirve”, lo cual provoca el daño. Y, por supuesto, eso hace que luego temas conectar con tu yo real. Pero, una vez más, es simplemente una emoción existente dentro de tu yo dañado la que te lleva a actuar así.

Ahora bien, la justificación de que el miedo te impide actuar es tu fachada. Así pues, cuando digo: “Sí, el yo dañado tiene cierto miedo respecto a lo que es el yo real, y voy a vivir en ese miedo” —es decir, no voy a actuar según el deseo que tenía ese yo real, sino que voy a vivir en ese miedo—, entonces me encuentro en la fachada. Estoy intentando hacer algo completamente opuesto a lo que es mi yo real. Eso es una fachada. Y vivo en ella justificando el miedo como una razón para no actuar.

6. Actúa siempre según los deseos amorosos, pero siente —sin actuar en consecuencia— los deseos que no nacen del amor

Entonces, siempre que sientas un deseo en tu interior —y los deseos suelen surgir en el yo real—, percibe si es puro y está en armonía con el amor; si es así, actúa siempre conforme a él; independientemente de si sientes miedo o no. Esa es una regla general que puedes establecer para ti mismo. Si actúo según ese deseo, despertaré los miedos de mi yo dañado; y si estoy dispuesto a afrontarlos seguiré sintiendo el miedo, y, aun así, llevaré a cabo la acción. Para ser franco con vosotros: yo a menudo siento pavor por lo que estoy haciendo ahora, en este momento. Pero no dejo de hacerlo solo por sentir ese pavor. Porque, ¿cómo se expande el alma? Solo se expande cuando eres capaz de sentir el terror y, aun así, seguir haciendo algo que está en armonía con tu yo real.

Por tanto, una vez que reconozcas una pasión o un deseo realmente intenso en tu yo real, no uses el miedo como justificación para tu inacción. No existe justificación alguna para no actuar cuando tienes un deseo puro y en armonía con el amor. Ahora bien, comprendo perfectamente que decidas no actuar según un deseo que no esté en armonía con el amor. De hecho, un aspecto de integridad sería precisamente no hacerlo.

Supongamos que tengo una relación de pareja con María y siento el deseo de mantener relaciones sexuales con otra mujer. En este momento, es solo un deseo. Ahora bien, sé que no está en armonía con el amor mientras permanezco en esta relación. Tengo que, o bien hacer algo respecto a esta relación —apartarme para iniciar la otra—, o, de lo contrario, estaré en desarmonía con el amor. Sé que mi deseo no está en armonía con el amor. Por eso no actúo en consecuencia. No actúes según deseos que no estén en armonía con el amor. Simplemente siéntelos. No los juzgues; siéntelos. Al sentirlos descubrirás el daño que hay en ellos. Si sientes ese deseo que no está en armonía con el amor, encontrarás el daño.

Todos los demás deseos vendrán del aspecto de tu yo real. Todos ellos estarán relacionados con la pureza de tu alma; y muchos de tus deseos van en esa dirección, Rob. Sin embargo, lo que sucede es que existe el miedo derivado del juicio que tus padres emitían sobre esos deseos cuando eras niño, así como del juicio sobre ti como individuo. Eso es lo que te impide actuar conforme a estos deseos y, por consiguiente, te lleva a mantener la fachada. Y mantener la fachada implica, precisamente, no actuar. El simple hecho de no actuar según un deseo significa que estás viviendo bajo una fachada. [01:51:41.20]

Ahora bien, la clave está en no juzgarlo; la clave está en decir: “Muy bien, cuando sea que tenga un deseo perfecto y verdadero que esté en armonía con el amor, actuaré siempre en consecuencia”. Esa es mi regla fundamental del alma: actuar según los deseos que estén en armonía con el amor. La segunda regla del alma: nunca actuar según deseos que no estén en armonía con el amor. Puedes estar dañado hasta el punto de estar en los infiernos y, aun así, aferrarte a esos dos principios si posees algo que muchas personas en el planeta aún no tienen: integridad.

Si tienes integridad, puedes establecer una norma que sepas que está en armonía con el amor para tu alma y mantenerte fiel a ella pase lo que pase. Y es precisamente tu integridad la que te ayudará a atravesar este proceso de descubrir tu yo de fachada. Cuando posees integridad personal, dejas de justificar tu fachada ante ti mismo, porque la postura que dicta la integridad consiste en no justificarse. [01:53:02.14]

Participante mujer: A veces no logro distinguir si se trata de un deseo puro o no, así que termino sin actuar porque temo hacer algo incorrecto.

Bueno, si no sabes si es un deseo puro o no, la forma más rápida de averiguarlo sigue siendo actuar en consecuencia y observar qué te trae la Ley de la Atracción. [01:53:48.18]

Participante: Sí. Hice eso hace poco; se me averió el coche y decidí: “Pediré prestado el de mamá”. Así que estoy usando el coche de mamá y eso se siente realmente mal. Otra cosa que quería decir es que sé que hay cosas carentes de amor dentro de mí; no actúo según ellas, pero sigo sin abordar la razón por la que tengo esas emociones.

6.1. Aferrarse a deseos y emociones carentes de amor

Sí, es una buena pregunta, Arvana. Y la realidad es que muchos de nosotros hacemos esto. Notamos que “sí, algo va mal”. Lo vemos en la fachada. Vemos que algo falla, pero no hacemos un esfuerzo diligente por resolverlo. Y te planteo esto: si no hay un esfuerzo diligente por resolverlo, en realidad te encuentras en una situación peor que si ni siquiera hubieras sabido de ello en primer lugar. [01:54:49.15]

Participante: ¡Genial! (Risas)

“Genial”, dice ella.

Participante: No, lo decía con sarcasmo.

Ya.

Participante: Yo que pensaba que estaba en una situación mejor porque era consciente de lo que pasaba, pero...

Sí, bueno, si no actúas al respecto, estás en una situación peor.

Participante: Claro.

La razón por la que estás en una situación peor es que ahora conoces la verdad pero te niegas a actuar en consecuencia. Y esta negativa que tenemos se basa, obviamente, en otra emoción que necesitamos

descubrir. ¿Por qué nos resistimos tanto? Si llevas un tiempo sintiendo... muchos de vosotros podríais redactar una página entera con todas las cosas que sabéis que fallan en vosotros desde una perspectiva emocional, o por vuestro sistema de creencias, etcétera. Por lo general, al menos una página. Y, sin embargo, muchos de nosotros no nos esforzamos diligentemente por resolver cada problema; de hecho, tenemos grandes inversiones emocionales en no resolverlos. Debemos reconocer esto. Y algunas de esas inversiones consisten en querer aferrarnos al problema para que otra persona tenga que resolverlo por nosotros o adaptarse a él, pues tememos que, si lo resolviéramos nosotros, ya no nos querrían tanto. Existen todo tipo de maneras extrañas y retorcidas de pensar que empleamos para aferrarnos a emociones que sabemos que no deberíamos retener. [01:56:14.03]

Participante: En las últimas semanas, desde que se me averió el coche y todo eso, vivía en un profundo autoengaño —algo de lo que ya era consciente, pues los asuntos relacionados con mi madre no cambiaban—; quería que los demás sintieran lástima por mí —y esa tendencia sigue ahí—, pero tuve una revelación enorme. Estaba dando saltos de alegría y pensando: “¡Guau!”. Me di cuenta de algo relacionado con el tema de la abundancia... aunque ahora he perdido el hilo de lo que iba a decir, pero... [01:56:49.06]

Pero ¿sabes cuando experimentas esa sensación tan buena al darte cuenta de algo? Es justo ahí donde debemos tomar una decisión. Tenemos esa revelación, reconocemos cuál sería la forma correcta de sentirnos respecto a algo si estuviéramos en armonía con el amor o la verdad, pero luego fallamos a la hora de abordar las emociones causales... [01:57:12.26]

Participante: Sí. Y ahí es exactamente donde me encuentro ahora.

Nos aferramos a eso.

Participante: Es como si me sintiera bloqueada, sin saber hacia dónde ir ahora, porque sigo queriendo permanecer en ese estado. [01:57:23.05]

7. Prioriza abordar primero los asuntos relacionados con Dios, luego los de tu alma y después los de los demás

¿Puedo hacerte una sugerencia? Y, de hecho, es una sugerencia bastante importante. Si notas que estás actuando bajo una fachada en cualquier asunto relacionado con Dios, conviértelo en la máxima prioridad de tu vida. Por encima del trabajo, de la comida y de todo lo demás. Haz que sea tu prioridad absoluta. Por encima de tus relaciones y también de tu pareja. Cualquier herida que percibas en tu relación con Dios tendrá un impacto profundo en tu vida. Por tanto, tiene sentido abordar esos asuntos primero y con la mayor rapidez posible.

Lo segundo es ocuparse de los asuntos relacionados con tu propia alma. Esto incluye los temas relacionados con tu alma gemela. En otras palabras, trata tu relación como la siguiente prioridad en cuanto a los asuntos que debes resolver, y concéntrate en solucionar esas cuestiones concretas a continuación. A menudo puedes hacer esto simultáneamente, ya que la Ley de la Atracción te presentará situaciones que te mostrarán lo que está ocurriendo. Si dedicas la mayor parte de tu tiempo a centrarte en esos temas específicos, verás que avanzas considerablemente hacia la verdadera naturaleza de tu alma y, por consiguiente, tu Ley de la Atracción tendrá un mayor potencial de cambio.

Si te ocupas primero de todos los demás asuntos porque los dos anteriores te resultan demasiado difíciles de abordar, notarás que la transformación de tu Ley de la Atracción es más lenta y que tu vida carece de alegría durante más tiempo. Para mí, eso no tiene mucho sentido. Lo lógico es centrarse primero en aquello que me aporta más alegría y, después, en lo que me aporta menos. [01:59:42.20]

Participante: Sin embargo, algo con lo que he tenido dificultades es: ¿cómo pongo a Dios en primer lugar y, al mismo tiempo, doy prioridad a mi relación? [02:00:07.23]

Es muy fácil medir si lo estás haciendo. Lo que haces es sumar todo el tiempo que dedicas a cada cosa. Y eso te indica cuáles son tus verdaderas prioridades. Así que, si pasas la mayor parte de la semana cultivando tu relación con Dios, sabes que tus prioridades están bien encaminadas. Si lo segundo que ocupa la mayor parte de tu tiempo es tu alma y tu alma gemela, entonces sabes que tus prioridades son las correctas. Pero para la mayoría de nosotros, las cosas no funcionan así, ¿verdad? [02:00:42.25]

Participante: No. Mi semana no es así.

Al final terminamos diciendo: “Bueno, sí, si sumara el tiempo que realmente dediqué a orar, a hablar con Dios o a querer aprender algo sobre Él esta semana, tal vez resultaría en unos 15 minutos en toda la semana”. Y como mi sistema de prioridades está desajustado, obviamente no voy a cambiar muy rápido y, por lo tanto, tampoco voy a disfrutar de la vida muy rápido. [02:01:11.06]

Participante: Sí. Y algo que también me cuesta es, por ejemplo, cuando dices “Dios primero” y luego... ¿es mi alma?, ¿o sea, Justin y yo? Me cuesta hacer ambas cosas a la vez. (Risas) [02:01:34.13]

Es muy, muy difícil, para ser sincero. Es sumamente complicado hacerlo. Yo todavía estoy aprendiendo a hacerlo.

Participante: Ah, vale.

En cuanto a poner a Dios en primer lugar, y luego nuestras relaciones. Pero no tengo ningún problema con lo que viene después. Mi principal problema en este momento son los aspectos que compiten entre sí: mi relación con Dios y mi relación con mi alma gemela. Pero no tengo ninguna otra cosa que compita. Ahora bien, para la mayoría de nosotros existen muchas otras cosas que compiten por nuestra atención, y debemos abordar este aspecto si realmente queremos progresar con rapidez.

Por ello, sugiero tener en cuenta que aquí siempre surgirá una dificultad, ya que aquello que aprendes en tu relación también lo estás aprendiendo, en cierto modo, con Dios; pues Dios posee tanto aspectos femeninos como masculinos. Te enfrentarás a cuestiones distintas relacionadas con lo masculino y lo femenino y, si has atraído a tu alma gemela a tu vida, es evidente que te encuentras en una etapa en la que desees trabajar en ello. Muchos de vosotros no atraen a su alma gemela porque en realidad no quieren situar a su alma como segunda prioridad. Prefieren que otras cosas ocupen ese segundo lugar; esa es la razón por la que no han atraído a su alma gemela, y eso está bien. Pero es importante comprender que esa es la situación.

Muchos de vosotros también justifican el no atraer a su alma gemela diciendo: “Él no quiere estar conmigo”. Pues bien, te planteo que cualquier persona en su sano juicio podría no querer estar contigo. ¿Lo repito? Sé que suena fuerte, pero cualquier persona en su sano juicio podría no querer estar contigo. ¿Has examinado eso? Y cuando pregunto: “¿Has examinado eso?”, ¿realmente lo has examinado o simplemente mantienes una fachada al respecto porque en el fondo no quieres afrontarlo? Siento, por ejemplo, que muchos de vosotros estáis organizando vuestra vida para no estar con vuestra alma gemela. Estáis organizando deliberadamente las cosas para no estar con vuestra alma gemela; decisiones personales sobre dónde vivís, cómo vivís, con quién vivís y qué hacéis en el día a día. Vosotros mismos estáis tomando esas medidas para no estar con vuestra alma gemela.

Y os aseguro que, al mismo tiempo, decir “quiero estar con mi alma gemela” es una fachada. El

yo herido dice: “No quiero estar con mi alma gemela”. Pues bien, siente eso. Siente que no quieres estar con esa persona. ¿Por qué? ¿No la quieres, o solo la quieres bajo ciertas circunstancias? ¿Por qué? ¿O es que solo te aceptas a ti mismo bajo ciertas circunstancias? ¿Por qué? ¿O quieres a tu alma gemela para que te diga qué hacer, ya que tú mismos no tienes ni idea de qué hacer? ¿Por qué? Observa esos asuntos. Y aborda esas cuestiones concretas. Pero si pones a Dios como prioridad número uno y al alma como prioridad número dos, verás que progresas mucho más rápido que si estableces cualquier otra cosa como tus dos primeras prioridades. [02:04:43.00]

El yo de fachada: Parte 2

8. Miedos en torno al descubrimiento del yo real

Una cosa que me gustaría señalaros es que muchos sentís terror ante la idea de descubrir vuestro yo real. Pero, si lo pensamos bien, eso tampoco tiene mucho sentido. Verás, en el momento de tu concepción, la personalidad de tu yo real ya estaba bastante definida. Dios la había creado y era perfecta por naturaleza, aunque en aquel entonces se trataba de un alma aún poco desarrollada; alguien que todavía no tenía plena autoconsciencia; alguien que no se conocía muy bien a sí mismo. El problema surgió cuando el yo real adquirió autoconsciencia: justo en ese instante comenzó a recibir las proyecciones de las emociones no sanadas de sus padres. Por eso muchos de vosotros temen a su yo real; porque este ha estado recibiendo proyecciones emocionales no sanadas provenientes de sus padres y de su entorno desde el momento mismo de su llegada. Y, al haber ocurrido esto desde el principio, has llegado a temer incluso el descubrimiento de tu propio yo real. En realidad, es triste pensar que sentimos tanto miedo ante algo que Dios creó.

8.1. Cómo desarrollar el deseo de descubrir el yo real: confianza y fe en Dios

Lo que debemos hacer respecto a nuestro yo real es centrarnos en un par de cualidades y orar por ellas. La primera es la confianza en Dios. Ves, a menudo tratamos de evitar descubrir nuestro yo real porque no confiamos en que Dios haya creado un yo real perfecto. Así que terminamos luchando por mantenernos alejados de él, por rechazarlo, porque tememos que sea malo de alguna manera. Pero la única forma en que el yo real podría ser malo es si Dios fuera malo. En realidad, le estamos diciendo a Dios: “Creaste algo malo, y mi yo real es malo”. Debemos dejar de hacer eso y confiar en Dios; en particular, confiar en que Dios es bueno.

Es interesante la frase “Dios es bueno”. Aparece en muchas religiones e incluso se utiliza como saludo en algunas de ellas. Sin embargo, olvidamos que Dios es bueno y olvidamos confiar en Él. Cuando olvidamos confiar en Dios, empiezan a suceder muchas cosas muy negativas, pues, ahora, ¿en quién nos queda confiar? Solo en nosotros mismos. Y ese es uno de los problemas que enfrentamos al lidiar con nuestra fachada; nuestra fachada es una creación de ese yo que no confía en Dios ni cree que Dios sea bueno. Así que necesitamos cambiar algo al respecto. La manera de cambiar algunas de estas cosas es, en primer lugar, orar por ellas. Orar para llegar a aceptar la verdad de que Dios es bueno y de que se puede confiar en Él; confiar en que Él te creó perfecto.

La segunda cualidad que debemos tener es fe en Dios. Ya he hablado de la fe anteriormente en la presentación “Relación con Dios - La fe”, realizada en Buderim en 2009. Si tenemos fe, no asumiremos automáticamente que algo es negativo. Cuando tenemos fe, damos por hecho que lo positivo es más probable que lo negativo. Aunque no lo sepamos con certeza, sugiero que partamos de la premisa de que Dios es bueno. Y de que puedes tener fe en que Dios te creó capaz de afrontar cualquier cosa. Dios te creó para afrontar todo. Las emociones que te preocupan y que están dentro de ti son las emociones de tu yo dañado.

Y Dios fue tan ingenioso que creó el alma de tal manera que, por mucho daño que reciba de su entorno, sigue siendo capaz de limpiar todo ese daño y volver a ser pura. Es una creación realmente asombrosa, ¿verdad? Crear un proceso mediante el cual un alma puede absorber cosas buenas o negativas y, aun así, terminar triunfando sobre ellas. Y eso es precisamente lo que Dios ha creado. A menudo, en nuestro yo dañado, no tenemos fe en Dios. Solo tenemos fe en nosotros mismos y, por lo general, ni siquiera mucha.

Así que terminamos intentando crear una tercera persona que no tiene relación con las dos primeras —ese yo de fachada, esa cáscara del huevo—, pensando que esa es nuestra salida al dolor que llevamos dentro. Pero, por supuesto, no es la salida al dolor, como lo demuestran la vida que llevamos y las personas que vemos a nuestro alrededor. Por eso necesitamos desarrollar esas dos cualidades en nuestra relación con Dios y empezar a confiar en que, por muy mal que parezca estar todo en nuestro interior, Dios nos ha dado un alma capaz de liberar esa carga sin volverse loca y sin morir en el proceso. [00:07:52.13]

Necesitamos confiar en eso. Y si no confiamos, debemos orar para adquirir esa confianza, porque personalmente he descubierto que uno se enfrenta a emociones en el yo dañado tan intensas que, sin esa confianza y fe en Dios, es imposible superarlas. Y, en cierto modo, eso también es una creación muy ingeniosa de Dios, ya que nos ayuda a establecer una relación con Él a través de ese proceso. Al lidiar con las emociones de nuestro yo dañado, debemos llegar al punto en el que realmente confiemos en Dios y tengamos fe en Él.

8.2. Los espíritus de la sexta esfera en el Camino del Amor Natural viven bajo una fachada.

Todos los espíritus que he conocido en el mundo espiritual —incluso aquellos que se encuentran en la sexta dimensión de dicho mundo— albergan todavía en su interior emociones derivadas de su propio daño emocional, las cuales han reprimido mediante el ejercicio del amor natural que proviene de ellos mismos. No han liberado esas emociones del yo dañado; más bien se han distanciado de ellas hasta el punto de poder mostrarse amorosos con los demás en todo momento. Sin embargo, en cuanto empiezo a conversar con ellos sobre las emociones que aún persisten en su interior, vuelven rápidamente a vivir en ellas.

Así, he visto espíritus descender de la sexta esfera a la tercera o a la segunda esfera simplemente en el transcurso de nuestra conversación —pero pueden volver a la sexta esfera con bastante facilidad—. Así que creen haber resuelto todo lo que, estando en la Tierra, les causó aquel daño; pero apenas se empieza a hablar de algunas de las cosas que los dañaron allí, inmediatamente vuelven a conectar emocionalmente con ellas. Por lo tanto, esas emociones aún no han sido liberadas. Y algo con lo que debemos tener cuidado —y que a menudo hacemos— es crear una fachada basada en el intelecto. Esta es la tendencia que, con el tiempo, manifiestan todos los espíritus en el Camino del Amor Natural. Llegan a un punto en el que utilizan el intelecto para reprimir las emociones dañinas y se distancian tanto de ellas que terminan creyendo que ya no están dañados. Hasta tal extremo puede llegar el uso del intelecto para separarse de uno mismo. [00:11:11.11]

Por ello os planteo que en realidad los espíritus que se encuentran en la sexta dimensión siguen viviendo bajo una fachada; y una de las mayores fachadas en las que se hallan es la creencia de que su concepción de Dios es correcta. Por definición, si no pueden avanzar más allá de la sexta dimensión, su creencia en Dios ha de ser errónea. Sin embargo, ellos la consideran correcta. Por lo tanto, la sexta esfera —o la sexta dimensión o nivel de existencia— es, en realidad, un estado de fachada. Es posible progresar personalmente hasta la sexta dimensión en el mundo espiritual manteniendo esa fachada. ¿No es una idea interesante? [00:12:20.26]

Participante: Estoy un poco confundido al respecto, porque pensaba que la tercera esfera era un lugar de verdad... ¿y la fachada no es la verdad? [00:12:33.15]

Estoy de acuerdo en que la tercera esfera es un lugar de verdad, pero recuerda que cuando hablo de la progresión en las esferas, lo hago en relación con el Camino de la Verdad Divina, el camino del Amor Divino. La mayor parte del tiempo, cuando me refiero a todas estas cosas, hablo de ese camino, que es, por cierto, el único camino verdadero. Cuando abor das una emoción con sinceridad en la tercera esfera, entras en un estado de verdad emocional. Pero ese no es el caso de una persona que está en el Camino del Amor Natural, que no es el camino que Dios creó, sino el que creó el hombre. La humanidad creó el Camino del Amor Natural debido a su incapacidad para conectar con Dios; y, como resultado, lo que se aplicaría a la forma normal en que Dios esperaría que sucedieran las cosas en el mundo espiritual ya no se aplica a ese camino, porque utilizan su intelecto para crear la condición de verdad. Así que un espíritu del Amor Natural en la tercera esfera definitivamente aceptará la verdad siempre.

Participante: ¿Intelectualmente?

Intelectualmente. Mientras que, al mismo tiempo, niega emocionalmente la verdad que existe.
[00:14:00.12]

Participante: Dentro de sí mismo.

Dentro de sí mismo. Y por eso, cuando hablamos con espíritus de la sexta esfera y hablamos con ellos del Camino del Amor Divino, la mayoría ha de regresar a la tercera dimensión para aprender a sentir realmente la verdad en lugar de intelectualizarla.

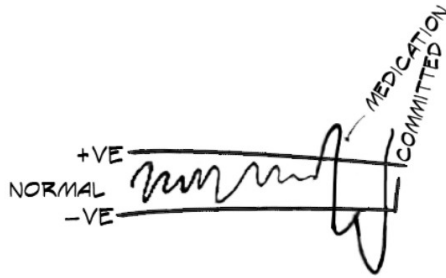
Tomemos, por ejemplo, un espíritu de la tercera esfera que esté en el Camino del Amor Natural; lo que sucede es que llega a la tercera esfera y reconoce: “Esta emoción que tengo, este daño que tengo, es el resultado de cómo mi madre me golpeaba constantemente cuando yo era pequeño”. Y entonces seguirá la ruta de intelectualizar la situación para evitar afrontar la emoción —y cuando digo afrontar, me refiero a sentirla plenamente—, mientras intenta mostrarse amoroso con su propia madre y con cualquier otra mujer. Con el tiempo perfeccionará esa actitud y pasará a la cuarta dimensión. Cuando digo que la perfeccionará, quiero decir que llega a un punto en el que cada interacción con otra persona está regida por su intelecto. Comprende la verdad a nivel intelectual, pero sigue cargando con la emoción; sin embargo, esta ya no dicta sus acciones, pues su intelecto prevalece. [00:15:28.18]

Ahora bien, piensa en tu propia vida y en cómo esto sucede en el día a día, ya que es algo que sigue ocurriéndonos a muchos de nosotros. Creemos que podemos superar el proceso emocional mediante la intelectualización. Lo hacemos por diversas razones; muchas de ellas son las que mencionamos anteriormente, como la sensación de que podríamos estar locos si optáramos por vivirlo desde la emoción.

8.3. La visión de la sociedad sobre las emociones “normales”

No sé si te has dado cuenta, pero hoy en día, en la Tierra, las emociones suelen verse con malos ojos, a menos que se trate de ira, rabia o miedo. En realidad, no se valoran otras emociones. Por ejemplo, cuando una persona común pierde a un ser querido, siente un profundo pesar. ¿Cuánto tiempo se le concede para vivir esa pena? A menudo, si no la supera en cuestión de una semana, la gente comenta: “Vaya, no lo está llevando bien”. ¿Y cuál es la definición de “llevarlo bien”? ¿En qué consiste? Se trata de sentir cierto pesar, pero sin dejarse abrumar por él. Eso es “llevarlo bien”.

Verás, tal como funciona el mundo, se nos imponen lo que yo clasificaría como límites emocionales. Existe un límite emocional negativo de lo que la persona normal “debe” sentir, y un límite emocional positivo de lo que “debe” sentir.



La sociedad dictamina que las emociones deben sentirse dentro de un determinado rango “normal”, para evitar verse medicado o internado [medication: medicar] [committed: internado] [figura: vemos una banda entre los límites positivo y negativo —límites emocionales—]

Mientras experimentes las emociones dentro de esos límites, se te considerará una persona normal y cuerda. Pero en cuanto sientas una emoción que supera el rango normal —es decir, estar demasiado feliz— o que caiga por debajo de dicho rango —estar demasiado triste—, dejarás de ser considerado normal y cuerdo. Pasarás a ser un “loco” que necesita medicación. ¿No es cierto? ¿Te das cuenta de cómo esto crea una fachada? Nos sitúan entre unos límites aceptables extremadamente estrechos. Y, al encontrarnos dentro de esos límites tan restringidos, debemos ajustarnos a ellos; de lo contrario, corremos el riesgo de ser medicados o, si la emoción desciende muy por debajo de lo normal, de ser internados en una institución. Así pues, acabamos medicados o internados. Dios ha creado una variedad inmensa y diversa de personalidades, pero lo que nos sucede como sociedad es que tomamos esas personalidades y reducimos su potencial a lo que llamamos “normal”; y luego esperamos que tanto nosotros como todos los demás vivamos bajo esa definición de normalidad.

Así que, en esta sociedad, basta con seguir la corriente y escuchar a alguien que dice ser Jesús para quedar automáticamente fuera de la norma. Por lo general, todos habéis vivido esto. En cuanto eso sucede, uno pasa directamente a la categoría de quienes deben ser medicados o internados. El problema es que ese individuo que afirma ser Jesús podría estar diciendo cosas muy sensatas, pero nadie está dispuesto siquiera a escucharlo, porque decir que uno es Jesús implica, inevitablemente, ser internado. Si bien esto puede aplicarse a la persona común que dice ser Jesús, ciertamente no se aplicaría al verdadero Jesús afirmando ser quien es. Pero eso se pasa por alto; por lo tanto, cualquier persona que diga ser Jesús terminará internada.

¿Te das cuenta de inmediato de que los límites impuestos a nuestra vida son tan rígidos que resulta sumamente difícil reunir el valor para traspasarlos? Es muy difícil. Porque no solo está tu propia voz interior diciéndote: “Esto es una locura. ¿Estoy loco? ¿Estoy loco?”, sino que también tienes a la sociedad, a la familia y a todas las demás restricciones generales que esos sectores sociales te imponen —y lo hacen con tal intensidad que casi tienes que luchar contra cada una de ellas (aunque eso tampoco ayude mucho)— antes de poder llegar a sentir lo que realmente sientes. ¡Y eso suponiendo que tú quieras sentir lo que realmente sientes!

Por otro lado, si no deseas sentir lo que necesitas sentir para progresar —es decir, para acercarte a Dios y ser feliz, o para conectar con tu propio yo herido—, la sociedad está organizada para ayudarte a lograr eso con la mayor eficacia posible. Casi todas las estructuras de nuestra sociedad actual están diseñadas para negar el yo individual y centrarse en la normalidad colectiva.

8.3.1. El ejemplo de la política

Veamos el caso de la política. ¿Cuántos partidos tenemos en Australia? ¡Ninguno! (Risas) Dos partidos principales. Quizás ambos compartan creencias muy similares, por lo que apenas tienes opciones al ir a votar. Probablemente solo uno de esos dos partidos llegue al poder, y debes ajustarte a lo que sea que ellos digan que es su sistema de creencias en un momento dado, el cual, por supuesto, cambia. Obviamente, no cambia demasiado, porque si variaran en exceso se saldrían de las normas de la sociedad convencional, y por lo tanto nadie los votaría. Y ninguna persona que aspire al poder quiere quedarse sin votos —quiere que todo el mundo la vote—. Así que la única forma de conseguir que todos

los voten es adaptarse a la concepción social de lo que se considera normal. Esto, en realidad, frena el cambio.

8.3.2. El ejemplo de la religión

Analicemos la religión. ¿Qué se considera normal en el ámbito religioso? Bueno, es evidente que el margen puede ser algo más amplio que en la política. Sin embargo, el concepto mismo de “secta” gira en torno a lo que es normal y lo que no lo es, ¿verdad? Cada vez que percibimos algo fuera de lo común, lo etiquetamos como secta. ¿Sabías que, históricamente, la mayoría de las religiones mundiales aceptadas hoy en día fueron definidas en algún momento como sectas? Es una verdad fundamental, ya que en su día se situaban fuera de lo que se consideraba normal y, por ello, fueron condenadas. De hecho, hubo personas asesinadas a consecuencia de las decisiones que tomaron al situarse al margen de la sociedad de su época. Prácticamente todas las religiones cristianas actuales estuvieron a punto de correr esa misma suerte en sus inicios. Y, sin embargo, no han aprendido la lección. Porque cada vez que surge una nueva fe cristiana la tildan de secta, olvidando que ellas mismas, años atrás, fueron definidas de la misma manera, con la misma terminología y el mismo estigma. [00:24:57.20]

Verás, una forma de impedir que alguien acceda a su yo dañado o incluso que descubra su “yo verdadero” es mantenerlo anclado en el yo de fachada; y la manera de mantenerlo ahí es imponiéndole un conjunto de normas muy estrictas que rijan su vida. Nosotros nos ajustamos a ellas voluntariamente porque, si no lo hacemos por propia voluntad, la sociedad nos obliga a ello. Nos fuerzan la familia, el gobierno, la religión y el sistema en el que vivimos. Así pues, nos adaptamos voluntariamente porque carecemos del valor necesario para hacer algo distinto, y porque nos falta la confianza y la fe en Dios requeridas para trascender ese estado. Por eso, lo que te planteo es que existen ciertas cualidades que debes desarrollar para afrontar adecuadamente este yo de fachada. Examinemos algunas de ellas. [00:26:22.17]

9. Cualidades necesarias para afrontar el yo de fachada

Ya hemos visto las dos primeras. La primera era la confianza en Dios; la certeza de que Dios es bueno. La segunda era la fe en Dios. La tercera es el valor. Sin coraje —y me refiero a un valor personal muy firme—, no podrás afrontar tu fachada, ya que el mundo está configurado para evitar que lo hagas. El entorno en el que vives está diseñado para que no la confrontes. Los espíritus que oprimen la Tierra mediante sus actividades terrenales no quieren que la confrontes, pues se sirven de ella para satisfacer sus propios deseos. Por lo general, quienes te rodean también están condicionados para no confrontar esta fachada y para evitar que tú confrontes la tuya propia. Y vas a necesitar valentía para salir de ese estado y llegar a un lugar donde realmente quieras confrontar tu propia fachada, donde realmente quieras conocer la verdad sobre ti mismo.

Por supuesto, se requieren muchas cualidades, pero quería enumerar algunas para ti. Otra cualidad personal, que ya he mencionado, es la integridad: la integridad personal. Muchos de nosotros sabemos que tenemos adicciones. Muchos incluso sabemos cuáles son esas adicciones, ¿verdad? Así que conocemos nuestras adicciones y sabemos en qué consisten. Las cuales, por cierto, se crean para sostener la fachada. Todas tus adicciones se crean para sostener la fachada. Cuando sabemos que tenemos una adicción que respalda nuestra fachada, ¿qué hacemos si se nos presenta la oportunidad de satisfacerla? Lamentablemente, debido a nuestra falta de integridad personal, la mayoría de las veces optamos por satisfacer la adicción en lugar de no hacerlo. Y esta es una cuestión que debemos afrontar.

9.1. Necesitamos integridad para decidir no vivir en nuestras adicciones.

Si tuviéramos integridad personal, diríamos: “No, no; sé que esto es una adicción. Y sé que no me

acerca a Dios. Y sé que me mantiene aferrado a mi fachada. Y sé que no me ayuda a conectar con mi yo herido. Y sé que nunca veré mi yo real mientras esté en ese estado”. Así que necesito tener cierta integridad personal para decirme a mí mismo: “No, ya no voy a satisfacer esta adicción. Y voy a sentir las emociones que surjan al dejar de satisfacerla, sean cuales sean”. Y no se trata solo de integridad ante Dios o ante algo externo; en realidad, es integridad hacia uno mismo. ¿Quieres ser tu yo verdadero en algún momento del futuro? Bueno, seguramente sí, ¿verdad? Si nuestro yo verdadero fue creado perfecto y es la persona con la que más disfrutaremos, tiene sentido que todos queramos desarrollar el deseo de ser nuestro verdadero yo en algún momento futuro. Ahora bien, si realmente quieres ser tu yo real en el futuro, la fachada tiene que desaparecer. Y si la fachada se sostiene gracias a mis adicciones, no me estoy respetando a mí mismo si recorro a ellas a sabiendas.

Por ejemplo, supongamos que todavía fumo. No estoy juzgando la acción; considero que fumar es una adicción menor en comparación con la mayoría de las adicciones emocionales que tenemos. Por ejemplo, puede que sepas que tienes una adicción a buscar desesperadamente la aprobación de un hombre, y que harías casi cualquier cosa por conseguirla, incluso acostarte con él si tiene la edad adecuada. O tal vez sientas una necesidad emocional intensa hacia una mujer y hagas cualquier cosa por ella con tal de satisfacer esa dependencia necesitada. Y sabes que tienes esa adicción. Si tienes la adicción y decides seguir adelante y satisfacerla de todos modos, ¿te das cuenta de que en realidad deseas mantener esa fachada? Y en ese estado no tienes esperanza alguna. No tienes esperanza de liberar jamás ninguna emoción causal que te permita superar tu yo dañado, ni tienes esperanza de llegar a ser tu verdadero yo. Y, sin embargo, la mayoría de nosotros seguimos tomando decisiones que sabemos que forman parte de nuestras adicciones, sin considerar que lo único que hacemos es sostener una fachada en detrimento de nosotros mismos. Estamos haciéndonos daño tanto a nosotros mismos como también a cualquier otra persona. [00:32:32.19]

9.1.1. Un ejemplo de proyectar sexualmente hacia las mujeres

Participante: AJ, a veces me permito caer en la adicción para sentir lo mal que me siento. Me gustaría conocer tu opinión al respecto.

No creo que sea necesario recurrir a una adicción para sentir lo mal que te sientes. Verás, el estado más poderoso consiste precisamente en no alimentar la adicción y sentir ese malestar, porque sin duda te sentirás peor haciendo esto que alimentando la adicción. [00:33:00.23]

Participante: Seré más concreto. Puedo ir caminando por la calle, ver a una chica y sentir un fuerte deseo de proyectar sexualmente, pero decido no hacerlo porque está mal. Sin embargo, cuando estaba en Sídney, simplemente dije: “Al diablo con todo, me voy a la playa”, y pasé medio día permitiéndome abiertamente proyectar sexualmente; me sobrecogió ver lo fuerte que era esa adicción para mí. [00:33:39.06]

Sí, y también dañaste tu alma y el alma de las chicas sobre las que proyectabas.

Participante: Vale. Pero en ese momento casi sentía que era necesario llegar a ese punto, porque así podía sentir las emociones que había debajo.

Entiendo a dónde querías llegar, pero lo que digo es que en realidad podrías haberte quedado ahí sentado y sentir cuánto deseabas proyectar sexualmente. Y eso te habría llevado exactamente a las mismas emociones sin dañar tu propia alma ni el alma de las chicas sobre las que proyectabas. ¿Ves la diferencia? [00:34:13.13]

Participante: Sí. Vale.

Sí. Mira, muchas veces pensamos: “Maldita sea, voy a hacerlo de todos modos”. ¿Puedo señalarte que ha habido asesinatos porque la gente pensó: “Maldita sea, voy a hacerlo de todos modos”? Y ha habido violaciones porque la gente pensó: “Maldita sea, voy a hacerlo de todos modos”. Y se han cometido todo tipo de actos violentos, abusivos y dañinos porque las personas simplemente se rinden o se frustran tanto con sus propias adicciones que deciden: “Voy a seguir adelante de todos modos”, bajo la justificación de que “es la única forma de afrontarlo”. Y yo te digo que esa no es la forma de afrontarlo. Si actúas según tus adicciones, seguirás alimentando la fachada y seguirás dañando tu alma. Así que, aunque hayas logrado conectar con ciertas emociones, ahora también tienes el daño adicional que has causado a las mujeres y a tu propia alma, algo que tendrás que trabajar desde una perspectiva compensatoria. Entonces, ¿realmente puedes decir que ha sido beneficioso para tu alma? [00:35:29.08]

Participante: Obviamente no.

Lo fundamental es que está bien tener esa sensación. Cuando digo que está bien experimentar esa sensación...: debes vivirla para poder atravesarla y superarla. Así que siente esa emoción en tu interior —por ejemplo, esas ganas de mirar con lujuria a las mujeres en la playa— y luego hazte preguntas al respecto: “¿Qué obtengo de esto? ¿Qué me aporta, y que no conseguiré, si no lo hago? ¿Qué siento?”. Tienes que permitirte sentir la emoción sin proyectarla realmente ni hacer que la otra persona la sienta. Verás, cuando nos quedamos ahí proyectando eso hacia la otra persona, hacemos que ella sienta lo que nos está pasando a nosotros; y ese acto no es amoroso y siempre dañará nuestra propia alma y, potencialmente, también la suya.

Llevar cualquier acción al extremo es una forma muy interesante de determinar si algo nace del amor. Por ejemplo, sentarse en la playa a mirar con lujuria a las mujeres parece algo bastante inocente en comparación con lo que hacen otros. La mayoría de la gente en la playa —sobre todo los hombres— hace eso de todos modos, por lo que ya existe una gran justificación para pensar que no pasa nada por hacerlo. Pero si lleváramos eso al extremo y nos preguntáramos: “Si sintiera ganas de asesinar, ¿qué haría?”, ¿acaso iría a cometer un asesinato solo para experimentar lo que siento al respecto? Si sintiera ganas de violar, ¿iría a violar a alguien solo para sentir mis emociones sobre ello? Pues obviamente no. Así que, si no haríamos eso, ¿por qué realizaríamos un acto de menor gravedad solo para conectar con la emoción? [00:37:21.22]

Participante: Precisamente por esa razón; porque parece algo menor.

Bueno, ese es el problema: parece algo menor, pero sigue siendo un acto desamoroso perpetrado contra el alma de otra persona. Y eso dañará nuestra propia alma. Mi sugerencia, en lugar de hacer eso, es sentir plenamente esas adicciones, para de esa forma asumirlas real y emocionalmente, y sentir cómo afectan poderosamente tu vida; y luego, al menos, empezar a percibir lo que hay detrás de ellas; es decir: “¿Por qué siento que tengo que mirar a estas mujeres? ¿Qué saco de ello, qué obtengo cuando proyecto eso sobre ellas?”. Una cosa es mirar a todas estas mujeres —hacerlo de una manera muy discreta, simplemente observando sin que ellas se den cuenta ni te vean hacerlo—, pero otra muy distinta es mirarlas asegurándome de que cada una de ellas lo perciba. Eso es algo muy diferente, ¿verdad? [00:38:19.21]

Participante: Sí, parece que soy bastante astuto.

¿Así que crees que eres astuto al respecto, Alex?

Participante: Bueno, yo lo he hecho, de todos modos.

(Risas) Creo que a veces han sido ambas cosas, ¿verdad?

Participante: Sí.

Y hay diferentes razones emocionales para cada una. La forma solapada responde a una razón emocional distinta a la forma abierta. Yo diría que la forma abierta busca principalmente hacer que las mujeres se sientan inferiores a ti, que se sientan maltratadas y sientan que tienen que temerte. Así que es un acto de poder sobre ellas. La forma solapada podría ser diferente.

Pero la clave está en sentirlo y percibir lo que estás haciendo sin llegar a pasar a la acción. Cada vez que actúas impulsado por una adicción, refuerzas tu fachada; no liberas a tu yo herido, sino que dañas más tu propia alma y, potencialmente, también la de la otra persona. Por eso no es algo adecuado; no es lo correcto. Pero muchos de nosotros lo hacemos porque, en cierto modo, tiramos la toalla y decimos: “¡Al diablo con todo, lo voy a hacer de todos modos!”. ¿Y cómo se llamaría eso? ¿No es eso ira? Cuando dices: “¡Al diablo con todo, lo voy a hacer de todos modos!”, ¿no es eso ira? Así que la ira siempre me indica que sigo atrapado en mi fachada. Por tanto, si logramos hacer eso y dejamos de centrarnos en... [00:39:54.06]

Participante: ¿Puedo aclarar esto en mi defensa? Ya no recorro a la forma abierta.

Está bien, Alex.

Participante: Es solo que me siento avergonzado públicamente.

Te queremos. (Risas) Es una buena pregunta la que has planteado, y muy válida para la mayoría de la gente, porque la mayoría piensa que, con cosas pequeñas, puede salirse con la suya, aunque no haría lo mismo ante algo importante.

Hay un versículo muy interesante en la Biblia que dice: “El que es fiel en lo poco, también es fiel en lo mucho”⁵. En otras palabras, si tenemos integridad personal en las cosas más pequeñas, también la tendremos en las más grandes. El mundo es muy diferente en este aspecto. A veces muestra integridad personal en los asuntos de mayor envergadura, pero debido a las diversas adicciones y a los distintos argumentos intelectuales que entran en juego, carece de integridad en las cosas pequeñas.

Por eso la mayoría de la gente se sale con la suya en todo tipo de situaciones: porque tienen la actitud de: “Ah, si puedo librarme de las consecuencias, entonces lo hago”. Es por esto que muchos de vosotros teméis los posibles cambios terrestres, ¿verdad? Os preocupa (y tal vez sentís que tenéis derecho a estarlo) lo que haría la gente si no hubiera leyes. Verás, una persona con integridad personal no necesita leyes. No las necesita porque, en el verdadero sentido de la palabra, ella misma es su propia ley. No las necesita porque su integridad personal le impediría realizar acciones sin amor. Eso es lo que sucedería, automáticamente. Solo necesitamos leyes para quienes quieren infringirlas. Si tenemos integridad, no queremos infringir la ley. No hacemos cosas simplemente porque podamos salirnos con la nuestra.

En cambio, a la fachada le encanta hacer cosas y librarse de las consecuencias. Y debemos preguntarnos: “¿Qué vamos a hacer al respecto?”. Porque necesitamos cambiar; necesitamos llegar al punto en que esta fachada ya no domine nuestra vida. Y recuerda que el mundo ha creado —o ha ayudado a crear y mantener— esta fachada; así que necesitaremos cultivar ciertas cualidades en nuestra

⁵ Lucas 16:10: “El que es fiel en lo poco también lo será en lo mucho; y el que no es honrado en lo poco tampoco lo será en lo mucho”. (N.d.T.)

alma para lograr que esa fachada deje de existir. Y estas cualidades son esenciales. Especialmente estas cuatro.

¿Hay alguna cualidad que os gustaría añadir a esa lista?

Participante mujer: Tengo esa sensación de ser como una niña: espontánea, juguetona y con ganas de experimentar. Mi pregunta es —quería añadir esto a la lista, pero quisiera consultar—: ¿esa sensación infantil proviene del yo dañado o del yo real? [00:43:37.29]

Bueno, esa sensación infantil que describes pertenece al yo real. Sin embargo, lamentablemente, debido a que hemos sufrido daños, no siempre podemos responder a todos nuestros deseos tal como lo haría un niño. Si observas a muchos niños hoy en día, verás que tienen deseos bastante desamorosos, ¿verdad? Y eso, en realidad, es un reflejo de los deseos desamorosos que heredamos de nuestros padres y que no hemos sanado. Así que el simple hecho de comportarnos como niños no nos ayudará con respecto a algunas de estas cualidades, porque ciertos sentimientos que albergamos en nuestro interior no están en armonía con el amor, aunque sean de naturaleza infantil. Necesitamos ser capaces de distinguir entre un sentimiento amoroso y uno que no lo es. Debemos sentir todas las emociones, pero no actuar según aquellas que carecen de amor. Eso es lo que debemos hacer. Y para lograrlo, necesitaremos tener integridad.

9.1.2. Tenemos amor por nosotros mismos cuando no satisfacemos nuestras propias adicciones

Participante mujer: Lo que me gustaría añadir a la lista para mí misma es el amor de mí; amarme a mí misma para no ser dura conmigo.

¿Querías añadir el amor a sí mismo?

Participante: Sí.

El problema de añadir el amor de sí a la lista es que la mayoría de nosotros no sabemos realmente cómo amarnos a nosotros mismos, y la mayoría pensamos que satisfacer nuestras adicciones es amarnos. Y yo te digo que no. Satisfacer tus adicciones no es realmente amor de sí mismo, porque te aleja de Dios y de tu verdadero yo. Lamentablemente, lo que definimos como amor de uno mismo es muy, muy diferente a la definición de amor de sí de Dios. Si tuviéramos la definición de amor a uno mismo que Dios tiene, no habría fachada, porque veríamos la fachada como una creación nuestra para evitar nuestro verdadero ser. Por lo tanto, no existiría tal fachada. Pero prácticamente todos tenemos algún tipo de fachada, lo que nos indica que en realidad no entendemos el amor de sí en absoluto. De hecho, es poco probable que el amor a uno mismo nos ayude a superar esto, porque la mayoría somos adictos a satisfacer nuestras adicciones emocionales. Queremos satisfacer nuestras adicciones emocionales y creemos que hacerlo es un acto de amor de sí, cuando no lo es. Así pues, si te refieres a la definición que tiene Dios sobre el amor de uno mismo, tendría que estar de acuerdo contigo. Pero es muy, muy difícil llegar a esa definición de Dios sin liberar las emociones del yo dañado. Mientras mantengamos la fachada, ni siquiera llegaremos a entender el amor de sí. [00:46:59.18]

Participante: ¿Entonces, por eso no nos amamos a nosotros mismos?

Exacto. Es exactamente la razón por la que no nos amamos. Verás, no nos amamos a nosotros mismos debido a las emociones del yo dañado. Y esas son las emociones a las que intentamos acceder, pero la mayoría de nosotros no lo intenta porque queremos mantener nuestra fachada. Y mientras intentamos mantener nuestra fachada, evitamos las emociones de nuestro yo herido; pero son precisamente esas

emociones las que, una vez liberadas, nos revelarán qué es realmente el amor de sí. Así que no creo que pueda añadir el amor de uno mismo a esa lista, en lo que respecta a ayudar a desprenderse de la fachada. [00:47:46.14]

9.2. El deseo de la verdad

Participante mujer: ¿El deseo de conocer realmente la verdad sobre uno mismo sería una cualidad? [00:47:53.01]

Ciertamente. Así que el deseo de la verdad.

Participante: Y también la lealtad a esa verdad; aunque pensaba que tal vez eso era integridad. [00:48:02.29]

Bueno, ser leal a ella formaría parte de un deseo verdadero, una vez que se tiene ese deseo. Supongo que el problema para muchos de nosotros es esta palabra: “deseo”. Muchos creemos que tenemos un deseo, pero al mismo tiempo nuestras acciones nos demuestran que no es así. Verás, una gran manera de medir si existe un deseo verdadero es examinar realmente nuestras acciones.

9.2.1. Nuestras acciones indican la sinceridad de nuestros deseos

Así que, ante la circunstancia de tener la oportunidad de satisfacer una adicción a través de otra persona y aprovechar esa oportunidad —es decir, dejar que esa persona satisfaga mi adicción—, ¿se puede decir que tengo un deseo de la verdad en ese momento? Puede que me diga a mí mismo: “Quiero conocer la verdad; quiero conocer la Verdad de Dios. Intento vivir el Camino del Amor Divino” y todo eso, pero son todo tonterías. Porque nuestra acción nos está diciendo que nuestra verdadera oración, nuestro verdadero deseo, es que se satisfagan nuestras adicciones. Eso es lo que nos dicen nuestras acciones.

Así que acudimos a Dios diciendo: “Por favor, ayúdame a librarme de esta adicción”, y al día siguiente aparece alguien para satisfacer esa adicción —lo cual, irónicamente, es una respuesta a tu oración, ya que querías lidiar con la adicción—. ¿Cuál es la mejor manera de lidiar con ella? Que surja al día siguiente y ver cómo te va. Así pues, surge, y ¿qué hacemos? Nos dejamos llevar por la satisfacción de la adicción y Dios simplemente dice: “Sí, todavía no hay deseo. Todavía no hay deseo. Dijiste... ¿cuál fue tu oración? Que querías lidiar con la adicción; te pongo la adicción delante al día siguiente para que lidies con ella y no quieres hacerlo”. Entonces, ¿cuál es la verdadera oración? La verdadera oración es: “Por favor, satisface todas mis adicciones”. Esa es la verdadera oración. Eso es realmente lo que queremos, y necesitamos afrontar lo que queremos.

Y la forma de afrontar lo que uno quiere es observando las propias acciones. Así que, cuando un hombre no os escucha a vosotras, mujeres, ¿os enfadáis con él? Eso es porque queréis que se satisfaga vuestra adicción. Él no tiene por qué escucharos. Y cuando aparece una mujer y no os hace sentir bien con vosotros mismos, hombres, ¿os molestáis con ella... o bien os esforzáis más? Bueno, simplemente queréis que se satisfaga vuestra adicción. Eso es todo lo que queréis. Así que nuestras acciones nos dicen cuánto queremos mantener la fachada. Pero la mayoría de nosotros, cuando surge la situación y tengo la oportunidad de recibir emociones amorosas de una mujer —siendo yo hombre—, acepto la adicción, acepto el intercambio, muerdo el anzuelo por completo, como dice el dicho, y mis acciones demuestran que no deseo la verdad en ese momento. Puede que desee otra verdad, pero no deseo *esa* verdad en ese momento. [00:51:59.22]

Participante mujer: Tengo deseo de la verdad, pero ¿entonces también necesitaríamos humildad respecto a la verdad que pedimos en oración?

Ciertamente. La humildad es esencial, aunque lamentablemente para muchos de nosotros la humildad no está muy presente, pues ¿qué es la humildad?

Participante: La disposición a sentirla sin importar dónde estés ni qué estés haciendo.

Se trata, pues, de un *deseo apasionado de sentir todas y cada una de las emociones*. Ahora bien, ¿existiría tu fachada si ese fuera el caso? Si tuvieras humildad plena, ¿acaso existiría siquiera una fachada? No. Así que estamos intentando enumerar aquí las cosas que nos ayudarán a superar la fachada. Y la humildad no te servirá de ayuda, porque mientras la fachada esté ahí, estás demostrando que no tienes nada de humildad, o que tienes una cantidad limitada de ella. [00:53:06.12]

9.2.2. Necesitamos descubrir la verdad personal, así como la Verdad de Dios.

Participante: ¿No sería una oración mejor para derribar la fachada el desear la Verdad de Dios en tu alma?

Bueno, siempre me refiero a la Verdad de Dios, así que asumo que de eso es de lo que estamos hablando. Ciertamente. No necesariamente la nuestra, aunque la nuestra también es importante. Verás, incluso si nuestra propia verdad es un error, al menos tienes que tener el deseo de conocerla. Por ejemplo, digamos que mis acciones demuestran que estoy dispuesta a intercambiar sentimientos sexuales con tal de sentirme amada por la otra persona. Si eso es lo que demuestran mis acciones, eso me indica cuál es mi adicción. Si sintiera mi propia verdad, sentiría el alcance de esa adicción. Realmente sentiría la adicción en sí y sentiría cuánto tira de mí, cómo me arrastra de un lado a otro y hace que tome direcciones que a veces no son muy amorosas. Realmente me permitiría sentir hasta qué punto me guía. Eso es sentir o tener el deseo de sentir mi propia verdad sobre el asunto, lo cual es bueno. Ahora bien, date cuenta de que obviamente no es la Verdad de Dios, porque en cierto momento, una vez que liberas algunas emociones del yo dañado, ya no sentirás ese impulso de ir en una dirección carente de amor. Pero necesitas sentir ese impulso para comprender que existe y ser consciente de él. La mayoría de nosotros ya lo estamos juzgando antes incluso de sentir el impulso y, por lo tanto, no tenemos ninguna posibilidad de llegar más allá de la fachada. Así que ambas formas de verdad son muy importantes: no solo la de Dios, sino también nuestro propio deseo de sentir lo que sea que haya ahí. Dentro de ti, Barb, existe esa rabia hacia tu alma gemela, por ejemplo. [00:55:00.06]

Participante: ¡¿Cómo lo sabes?!

¿Cómo iba a saberlo? (irónicamente) Existe esa rabia hacia tu alma gemela. Y hay rabia hacia Dios a propósito de tu alma gemela: quién es, cómo es, su aspecto, su forma de actuar y todas esas cosas. Y quieres que Dios te dé una mejor. (Risas) Ahora bien, la clave está en sentir esa emoción sin dejar de comprender que Dios es bueno y que creó algo perfecto. Pero, aun así, necesitas sentir la verdad de esa emoción en tu interior. Cuando sientas la verdad de esa emoción dentro de ti llegarás a lo que hay debajo: ese yo herido que genera esas iras; el que crea la ira hacia Dios y la ira hacia tu alma gemela. Y pensé que un ejemplo personal ayudaría. [00:55:51.23]

Participante: Gracias.

De nada.

9.2.3. Honestidad personal

Participante: Creo que la honestidad personal debería estar en la lista.

Sí, considero que la honestidad personal es realmente importante. Sin embargo, siento que es prácticamente lo mismo que el deseo de la verdad. Así que, si realmente deseas la verdad, desearás ser honrado con todas las personas, en todas las situaciones y en todo momento. Y si tuvieras integridad, incluso cuando no tuvieras ganas de ser honrado, seguirías adelante y lo serías.

Supongamos que la semana pasada robaste algo. Y la persona lo está buscando y dice: “¿Dónde ha ido a parar esto? No tengo ni idea de dónde está”. Y tú estás ahí sentado, sintiéndote un poco culpable porque alguien se ha dado cuenta de que has robado algo. Y piensas: “Vaya, ¿lo admito? ¡No! Lo que haré será simplemente devolverlo”, para evitar afrontar lo que has hecho. Y hacemos esto con bastante frecuencia bajo nuestra fachada. Intentamos eludir nuestras acciones pasadas tratando de corregirlas sin ser realmente honrados ni veraces al respecto. Si tuviéramos deseo de la verdad, no podríamos simplemente devolverlo sin decir nada. Y si tuviéramos integridad personal, tampoco podríamos hacerlo. Así que siento que esas dos cosas generan honradez. [00:57:46.21]

9.3. Necesitamos derribar la fachada antes de desear verdaderamente el Amor de Dios

Participante mujer: Siento que, en mi caso, necesitaría desarrollar el deseo de recibir el Amor de Dios, de conocer a Dios y de desarrollar mi relación con Él.

Bueno, estoy de acuerdo, pero lamentablemente ocurre algo muy parecido a lo que sucede con el tema del amor: en nuestra fachada, a menudo no tenemos ningún deseo de recibir amor de Dios, pero sí un deseo enorme de recibir amor de cualquier otra persona que no sea Dios. (Risas) Y definamos qué es el amor. No se trata del amor que Dios nos daría, sino de la satisfacción de una adicción; eso es lo que nosotros percibimos como amor. Verás, cuando comenzamos este proceso de crecimiento del alma, nuestros verdaderos anhelos y deseos apenas están presentes. Así que, aunque considero necesario desarrollar este anhelo por Dios como prioridad, el problema es que, mientras somos adictos a mantener la fachada, esta casi impide que surja dicho anhelo. Por eso creo que la confianza y la fe tendrán un efecto mucho mayor en nosotros que el amor, porque mientras estamos en nuestra fachada no podemos recibir amor, y ese es el obstáculo principal para nuestro progreso.

Ya sabes, vamos diciendo: “Por favor, dame un poco de amor. Por favor, dame amor. No siento nada. Por favor, dame un poco de amor. No siento nada”. Y luego decimos: “¿Qué te pasa, Dios? ¿No siento nada?”. ¿Verdad? Sin comprender que no sentimos nada precisamente porque estamos en nuestra fachada. Y necesitamos derribar esa fachada para poder sentir algo. Ese es el problema al que nos enfrentamos.

Hay una cita excelente en los Mensajes de Padgett que vale la pena recordar. Dice que el Amor Divino no abre el alma para ayudarte a recibir el Amor Divino. Es la verdad lo que abre tu alma y te ayuda a recibir el Amor Divino. Por eso no es el amor lo que te libera, sino la verdad. El amor es el resultado de entrar en armonía con más verdad y de sentir un anhelo y un deseo apasionado por Dios que sean sinceros; pero el problema es que, por naturaleza, nuestra fachada es completamente insincera. ¿No es así?

Y en un estado de insinceridad, ¿cómo podemos esperar recibir el Amor Divino? Tenemos que alcanzar un estado de sinceridad para recibir el Amor Divino. Ahora bien, eso requiere que yo trabaje en todas las razones por las que soy insincero; y no es el Amor de Dios lo que me ayudará a lograrlo, sino mis amigos espirituales, otras personas que conocen más sobre la verdad y reciben amor; y, sobre todo, mi disposición a recibir la verdad —mi deseo de la verdad— es lo que lo hará posible. ¿Alguna otra idea sobre qué más se podría añadir a la lista para quebrar la fachada? [01:01:17.19]

9.4. Un deseo de crecimiento personal

Participante hombre: Probablemente sea un subelemento, pero el deseo de crecer, la disposición a aprender.

Sí. No creo que sea un subelemento. Es un deseo de crecimiento personal. ¿Recuerdas que en 2010 di aquella charla sobre desear apasionadamente un cambio positivo? ¿Recuerdas esa charla? La di por esta razón: sin un deseo apasionado de cambiar o crecer, es muy poco probable que alguna vez lo hagamos. Verás, muchos de nosotros tenemos un deseo apasionado de satisfacer nuestras adicciones y, por cierto, muchos de esos deseos son muy intensos, ¿verdad? Uno hace lo imposible por satisfacer una adicción.

Por poner un ejemplo. Muchos se despiertan por la mañana sintiéndose muy inquietos. ¿No es así para muchos? Esa sensación de inquietud se alivia mucho con la comida y el café; por eso elegimos alimentos que nos calmen y nos hagan sentir más tranquilos, saciados y satisfechos. En ese preciso instante, estamos satisfaciendo una adicción. Necesitamos sentir esa inquietud con la que nos hemos despertado —sea cual sea la razón— y adentrarnos en ella. Sin embargo, en lugar de eso, utilizamos la comida para destruirla, para deshacernos de esa sensación, para calmarlo todo y hacer que desaparezca. En ese momento, estamos demostrando que nuestro deseo de crecimiento personal es muy, muy escaso, y que está enfocado en el ámbito equivocado: en nuestro cuerpo. Estamos creciendo, sí, pero no en el alma, ¿verdad?

Así que recuerda que tus acciones demostrarán si *realmente* estás comprometido con el crecimiento personal o no. Tus acciones te lo van a mostrar. Y aquí es donde debes observar tus acciones. Si hablas de tus emociones con otras personas sin siquiera examinar la razón por la que lo haces, eso demuestra que no estás dispuesto a examinar tus acciones.

¿Por qué querría yo compartir mis emociones contigo a menos que fuera con el propósito de enseñar algo? ¿Por qué querría hacerlo por cualquier otra razón? Ha de haber algún tipo de adicción de por medio si existe cualquier otra razón. La gente dice: “Pero, ¿qué pasa si simplemente necesito un amigo?”. Sí, ahí hay una adicción. Ya tienes uno. Y es la persona más importante del universo. ¿No es, seguramente, suficiente? No necesitas otro. Si realmente tuvieras este vínculo con Dios, así es como te sentirías, ¿verdad? Así que ya tienes el amigo que necesitas. No necesitas a nadie más. Puedes vivir sin amigos en la Tierra y ser completamente feliz. Esa es la realidad.

Por lo tanto, mi deseo de vivir con amigos en la Tierra es una adicción. Y mientras estoy en mis adicciones, ¿tengo realmente deseo de crecimiento personal? ¿Realmente deseo la verdad? ¿Tengo integridad? No critico el hecho de que no tengamos estas cosas; lo que digo es que si realmente queremos orar y abordar esta fachada adecuadamente, debemos orar sobre estas cualidades. Necesitamos investigar estas cualidades dentro de nosotros mismos y sentir respecto a ellas. Porque si no sentimos respecto a esas cosas, nunca llegaremos al punto de liberar el yo dañado y, por lo tanto, nunca terminaremos recibiendo el Amor Divino —o muy rara vez—, ya que solo la liberación de ciertas emociones del yo dañado permitirá que se abra el espacio suficiente en nosotros para recibir algo de amor.

Y no nos expandiremos como alma. Y eso lo necesitamos hacer para ser felices. No querrás llevar contigo ese viejo y marchito desastre durante el resto de tu camino. Ese desastre no fue creado por Dios —hablo del desastre que se genera desde el momento de la concepción mediante la absorción de esas emociones—. ¡No necesitamos cargar con eso por el resto de nuestras vidas! Ya hemos cargado con ello bastante tiempo, ¿verdad? Pero cada vez que alimentamos una adicción y no examinamos nuestras acciones; cada vez que rechazamos el crecimiento por considerarlo demasiado difícil; cada vez que carecemos de integridad personal o de valentía; cada vez que no confiamos en Dios ni tenemos fe en Él, básicamente estamos diciendo: “Me quedo con mi adicción, muchas gracias”. [01:06:34.24]

Y, al mismo tiempo, esperamos ser felices en algún momento del futuro. Eso es una locura. ¿Cómo se puede ser feliz así? Te has pasado toda tu vida hasta ahora satisfaciendo tus adicciones; ¿te

ha hecho eso feliz? Entonces, ¿te hará feliz en el futuro? ¿Cuál es la verdadera definición de locura? Seguir haciendo lo mismo y esperar un resultado diferente. ¿Y cuántas veces hacemos eso? Seguimos recurriendo a esa adicción. “Sí, no me hizo feliz”. Volvemos a intentarlo: “No, no me hizo feliz. Ah, ¿quizás es que no me estoy entregando a ella tanto como debería?”. Así que nos entregamos a fondo. Y eso nos hace sentir realmente infelices, y decimos: “¡Vaya, qué infeliz soy! ¡No sé qué está pasando!”. Simplemente intentamos hacer lo mismo una y otra vez: satisfacer la misma adicción, satisfacer la misma adicción, sin darnos cuenta de que necesitamos detener la adicción por completo y simplemente sentir las emociones que impulsan esta adicción. Ahora tenemos la oportunidad de llegar a la raíz, liberarnos y ser felices. Tenemos esa oportunidad. Así que siento que, sí, el deseo de crecimiento personal es algo muy, muy importante. ¿Hay algún otro que te gustaría añadir? [01:08:02.28]

9.5. Dedicación y perseverancia

Participante hombre: ¿Necesitaríamos dedicación y perseverancia?

Sí, creo que son cualidades muy buenas, Graham. En particular la perseverancia, aunque la dedicación y la perseverancia parecen ir de la mano, ¿verdad? Verás, lo que sucede a menudo es que probamos algo una vez, no funciona, y entonces lo dejamos. Y cuando digo que probamos algo una vez... no me refiero a probar exactamente lo mismo una vez; simplemente probamos algo, no funciona como esperábamos y entonces paramos; no nos mantenemos constantes en algo. Y muchos han hecho esto con el Camino del Amor Divino, con el deseo de recibir el Amor de Dios. Comienzan a anhelar el Amor de Dios, reciben un poco de él, se sienten realmente bien durante un par de días más o menos —teniendo así la prueba de que Dios realmente tiene amor para dar—, y luego vuelven a anhelar el Amor Divino esperando que ocurra lo mismo, pero no sucede nada. Y piensan: “Bueno, no sé, tal vez Dios tiene un mal día hoy, o algo así”, en lugar de preguntarse: “¿Qué está pasando dentro de mí que es diferente hoy, en comparación con la última vez que anhelé el amor de Dios y lo recibí?”.

Y verás que, si no perseveras, no notarás la diferencia. No examinarás la diferencia entre lo que sucedió un día y lo que sucedió otro. Obviamente, si algo ha ocurrido una vez, puede volver a ocurrir. Algunos de vosotros sienten que nunca han recibido Amor Divino en absoluto; eso está bien. Persevera. Está a tu alcance, pero no sigas haciendo lo mismo que has estado haciendo. Así que persevera en el deseo, pero no perseveres en las mismas acciones. ¿Ves la diferencia?

Verás, si perseveras con las mismas acciones, obtendrás los mismos resultados, y eso no beneficia mucho a nadie. Si perseveras con el deseo de recibir en algún momento el Amor Divino y tienes fe en que lo recibirás si abor das los distintos aspectos que te bloquean en tu fachada, entonces finalmente recibirás el Amor Divino; y en el momento en que lo recibas, te darás cuenta: “Sí, ahora estoy empezando a sentir algo de él”, y entonces comenzarás a progresar aún más rápidamente gracias a ello. Así que considero que la perseverancia es importante, pero no el tipo de perseverancia en el que normalmente pensaríamos. Es una perseverancia con deseo de Dios. [01:11:09.27]

9.5.1. Un deseo de explorar y experimentar

Participante: ¿Podría añadir también el deseo de explorar y experimentar? ¿Encajaría eso con lo que acabas de decir?

Sí, estoy de acuerdo. El deseo de explorar y experimentar es muy, muy importante, aunque quizás menos que el deseo directo y primordial de experimentar tu relación con Dios. Recuerda que dije que, si quieres superar tu yo dañado en algún momento del futuro, tendrás que incluir a Dios en el panorama. Recuerda que también dije antes que, si haces de Dios tu prioridad número uno, seguido de las otras cosas que estás investigando, eso te ayudará a llegar a ese punto. Así que lo que sugiero es

que, si primero perseveras en tu deseo de conectar con Dios, eso te ayudará a llegar al punto en el que también desees experimentar otras cosas.

Tu yo real es, por naturaleza, un ser que experimenta. Esto forma parte de todas vuestras naturalezas, lo creáis o no. Tu verdadero ser quiere experimentar. Piensa en cómo, durante tu infancia, esa idea de experimentar fue reprimida de manera increíble. Verás, en la infancia aprendiste que debías hacerlo bien a la primera. Si no lo lograbas a la primera, recibías algún tipo de castigo —generalmente emocional, aunque a menudo emocional y violento—. Por eso, aprendimos a experimentar únicamente con aquello que estábamos seguros de lograr. Y eso, en realidad, no es experimentación auténtica. La verdadera experimentación es parte de nuestra alma.

Así que sí, considero que la perseverancia es sumamente importante, especialmente el deseo de Dios. Existe otra razón por la cual esto es así: si no deseas a Dios en primer lugar, tarde o temprano una de tus adicciones mantendrá una fachada en algún aspecto de tu vida. Por ejemplo, si deseas tu relación más de lo que deseas a Dios, todas las fachadas vinculadas a esa relación persistirán, ya que no serán confrontadas. La razón es que la relación con tu pareja resulta más importante que tu relación con Dios. Mientras la relación con tu pareja sea más importante que tu relación con Dios, serán las emociones ligadas con ello las que dicten el curso de tu progreso; y si mantienes una fachada con tu pareja, la seguirás manteniendo. En cambio, si pones a Dios en primer lugar, resulta imposible mantener una fachada y, al mismo tiempo, conservar una relación permanente con Dios. Es totalmente imposible. Solo podemos mantener una relación temporal [sic] con Dios mientras nuestro deseo por Él sea más fuerte que cualquier otra cosa⁶, y mientras ese deseo sea apasionado y verdaderamente sincero. Entonces no tendremos problemas para afrontar cualquier cosa que surja, para lidiar con la fachada y, en algún momento, adentrarnos en la emoción que conlleva.

¿Hay alguna otra?

9.6. La disposición a sentirse fuera de control, a soltar el juicio y a ser humillada son partes del desprendimiento de la fachada

María: En mi caso, ya que siento que realmente me estoy enfrentando a mi fachada en este momento⁷, hay tres cosas en las que pensé. La disposición a sentirme fuera de control, porque mi fachada es lo que me hace sentir que tengo más control. Eso es una adicción dentro de mi fachada. [01:15:53.28]

Sí.

María: Así que, la disposición a sentirme fuera de control y la disposición a renunciar al autojuicio, porque eso es otra cosa que mantiene mi fachada en su sitio. Creo que mi fachada es lo que conseguirá el amor, y si reconozco mi yo herido, entonces me arriesgo a ser juzgada: tanto por mí misma como por los demás. Y eso se relaciona con la tercera cosa que, para mí (no sé si para todo el mundo), tiene que ver con la disposición a experimentar la emoción de la humillación, porque estoy muy aferrada a la idea de que la fachada es lo seguro, lo presentable y lo digno de ser amado. Y a menos que esté dispuesta a experimentar este sentimiento de humillación, voy a seguir refugiada en la fachada. [01:16:37.26]

Estoy de acuerdo con todo eso, pero mi pregunta sería: ¿qué te va a ayudar a tener esa disposición a sentirte humillada?

6 La frase creo que es un lapsus, y sería: “solo podemos mantener una relación constante con Dios mientras nuestro deseo por Él sea más fuerte que cualquier otra cosa”. (N.d.T.)

7 El ejemplo práctico que ella dará, y que profundizará lo que aquí dice, es muy útil y concreto; lo tratan ella y Jesús en el taller que hicieron al día siguiente, el que han anunciado varias veces en este encuentro (y que trata sobre *el estado de sueño*; y ahí también hablarán un poco sobre estos temas de la fachada, etc.). (N.d.T.)

María: Bueno, supongo que ahí es donde entra mi acción... ¡buena pregunta!

Verás, lo que estoy enumerando aquí es, por así decirlo, la capa superior a eso, o la capa que sirve de base para ello. Todas las cosas que María acaba de mencionar: la disposición a estar fuera de control, la disposición a ser humillada... ¿y cuál era la tercera? [01:17:09.08]

María: El juicio. Soltar el juicio.

La disposición a soltar el juicio. Todas ellas son partes esenciales para soltar tu fachada, pero ¿qué es lo que te va a impulsar a hacerlo? [01:17:18.14]

María: Bueno, tal vez sea lo que ya has dicho. Confianza y fe en Dios; esa era mi pregunta original, pero... siento que he pasado tres años hablando de tener confianza y fe en Dios. Y como dijiste antes, todo eso eran tonterías, porque no quería sentirme humillada, no quería renunciar a juzgar y, desde luego, no quería sentir que perdía el control. [01:17:41.12]

Bueno, tampoco deseabas la verdad emocional.

María: Y lo único que me ha puesto cara a cara con mi fachada en las últimas semanas es que cambié mi oración por un deseo sincero de la verdad.

Sí.

María: Y en cuestión de 12 horas mi mundo se desmoronó; así que funciona.

Sí. Y en ese caso, lo único que tenías era eso, ¿verdad?, ¿esa única cosa?

María: Solo un deseo de la verdad.

Sí.

María: Bueno, siento que tal vez las otras cosas...

Hacía falta tener cierto valor.

María: Sí.

Hacía falta valor. Pero en esa etapa no...

María: No tenía integridad.

No tenías integridad.

María: Así fue como mi mundo se desmoronó. Me di cuenta de que no tenía integridad.

No tenías mucha fe en Dios.

María: No. Bueno, no. No.

No tenías mucho deseo de crecimiento personal. [01:18:30.00]

María: No. Decía que sí. Decía que tenía confianza, fe, deseo de crecimiento personal, pero hasta que...

Definitivamente tenías perseverancia.

María: (Ríe) ¡Tenaz! Una perseverancia tenaz, ridícula, porque no puedes llegar a ninguna parte a menos que quieras la verdad, y yo no quería la verdad, así que perseveraba.

Perseverando, perseverando, pero diciendo: “Nada de verdad, nada de verdad, nada de verdad”, persevera, persevera, persevera, “Nada de verdad”. [01:18:53.12]

María: Sí. Así que era un deseo de la verdad.

Supongo que lo que estoy escribiendo aquí es lo que considero la base de aquello con lo que hay que empezar si realmente quieres lidiar con tu fachada. Las cosas que mencionó María son esenciales, pero están por encima de los cimientos, por así decirlo, porque sin los cimientos, nunca se llegará a abordar esas cosas. Nunca sucederá. Así pues, siento que lo que queremos incluir en esta lista son aquellas cosas que constituyen una base esencial que debemos abordar para liberarnos de nuestra fachada.

10. Razones de la falta de confianza en Dios

Participante mujer: AJ, una de las cosas con las que realmente lucho es el tema de la confianza en Dios. ¿Cómo es posible, habiendo tenido experiencias en las que Dios ha estado presente, que aun así me resulte tan difícil? (emocionada)

Uno de los principales problemas que tenemos como individuos en este planeta es que no confiamos lo suficiente en nuestras propias experiencias. Vivimos una experiencia, pero no integramos las experiencias entre sí. Es algo bastante curioso, en cierto modo. ¿Puedo poner un ejemplo? Supongamos que un espíritu se manifiesta y habla, y tú lo escuchas. Pensarías: “Vaya, es la primera vez que escucho a un espíritu”; tal vez empieces a conversar con él, escuches un poco de diálogo y luego él se marche, sin que el suceso vuelva a repetirse jamás. ¿Qué empezaría a ocurrir? Empezarías a dudar, ¿verdad? “Quizás no era un espíritu. No sé qué está pasando. ¿Era un espíritu? ¿O no?”. Entonces preguntas a otras personas: “¿Creéis que eso fue un espíritu?”. Y, por supuesto, como ellas no participaron en la interacción, es menos probable que sepan si se trataba de un espíritu o no. Pero, aun así, esperamos que nos den alguna solución mágica; por eso les preguntamos e intentamos averiguarlo.

Ahora bien, esa fue una experiencia; y si solo tuviéramos una, cabría la posibilidad de dudar de ella. Pero luego tenemos una segunda experiencia: aparece otro espíritu y mantenemos otra conversación, quizás una semana después. Pensamos: “Vaya, una segunda experiencia”, y empezamos a acumular una serie de vivencias, como una más una más una más... hasta llegar, digamos, a un centenar de ellas. ¿Cuál es entonces la probabilidad de que dudes de que estás hablando con espíritus? ¿No es menor que antes? Si sumas todas las experiencias, estas generan un efecto acumulativo en tu alma, aportando pruebas de que algo es real.

Pues bien, este es el mismo problema que tenemos con la confianza en Dios. Verás, a menudo tenemos una primera experiencia —la número 1— y luego tenemos la experiencia número 2; en ellas resulta evidente que Dios nos guiaba y que nuestros guías nos ayudaban. Luego tenemos otra experiencia, y luego otra más, pero las percibimos simplemente como hechos aislados; las vemos solo

como experiencias individuales. No las acumulamos ni integramos en función de la evidencia que aportan a nuestra alma.

Esto es lo que te está pasando: no estás permitiendo que las pruebas se acumulen. Las ves todas ellas como asuntos aislados; por lo tanto, sigues sintiéndote igual que cuando surgió el primer asunto. Ahora bien, la pregunta que debemos hacernos es: “¿Por qué no queremos acumularlas? ¿Por qué no queremos reunir las todas entre sí?”. Y sabes que solo hay una respuesta para eso. ¿Sabes cuál es? Ese colega llamado miedo. Tienes miedo de confiar en Dios. Has tenido muchísimas experiencias que podrían llevarte a confiar en Dios. [01:23:45.02]

Participante: Exacto. No tiene ningún sentido sentir miedo.

¿Puedo explicarte entonces cuál es la verdadera causa del miedo? No tiene nada que ver con la confianza en Dios. ¿Con qué crees que podría estar relacionado?

Participante: ¿Con no confiar en mí misma?

¿Cuál es la razón principal por la que no confías en alguien? Piénsalo en tu vida cotidiana. Desde una perspectiva emocional, ¿cuándo dejas de confiar en alguien? La mayoría de las veces, ¿cuál ha sido el detonante que te ha llevado a desconfiar de alguien en quien antes confiabas? Sabes... es mucho más sencillo de lo que todos piensan. ¿Puedo decirte lo que es?: Es porque otras personas te dicen que no lo hagas, y les crees.

10.1. Tenemos miedo de afrontar nuestras adicciones y a otras personas

Permite que te lo plantee de otra manera. Si he tenido muchísimas experiencias de confianza en Dios y aun así no confío en Él, entonces ha de haber algo más a lo que temo. Lo único a lo que podría temer, además de eso, es a otras personas, ¿verdad? De alguna manera, debo de temer las opiniones de los demás. Ahora bien, ¿por qué el hecho de confiar en Dios me haría temer a otras personas? ¿Ves que se debe a que, cuando confío en Dios y abrazo plenamente mi relación con Él, podría terminar perdiendo a otras personas en mi vida o perdiendo mi situación actual de alguna manera? Podría decidir dejar mi hogar, mi vida y la seguridad y estabilidad actuales —cosas a las que estoy profundamente apegado—.

Cuando hemos tenido cientos de experiencias que demuestran que podemos confiar en Dios —y tenemos pruebas de ello—, pero aun así no confiamos en Él, el problema no tiene nada que ver con Dios. Tiene todo que ver con la magnitud del miedo que sentimos hacia los demás en comparación con Dios, y con lo que ellos creen que deberíamos hacer con nuestra vida en comparación con Dios. Es evidente que, si abrazas plenamente tu relación con Dios, si sientes todo lo que esa relación conlleva y llevas a cabo las acciones que desees emprender, habrá personas en tu vida que se sentirán confrontadas. [01:26:53.00]

Participante: Ya las hay.

Y temes las consecuencias de eso. Por eso prefieres decir: “Tengo todas estas experiencias y, sin embargo, no confío en Dios”, en lugar de admitir: “He tenido todas estas experiencias con Dios, pero me aterra pensar que, si actuó en consecuencia, mi vida se desmoronará”. [01:27:18.05]

Participante: Supongo que lo que estoy haciendo ahora mismo implica un desafío de eso: tomarme un periodo sabático de tres semanas para asumir mi propia responsabilidad y depender de Dios, enfrentándome directamente a la adicción que tengo hacia John y a la expectativa de que él me rescate.

Así es. Y esto es algo interesante que mucha gente hace. El problema es que, a menudo, tenemos pruebas más que suficientes de que deberíamos confiar en Dios, de que necesitamos tener fe en Él y de que es posible tener esa fe. El problema es que también tenemos muchas pruebas de que las personas que nos rodean pueden llegar a enfurecerse; existe la posibilidad de que nuestra propia vida sea destruida a manos de otros. No digo que John sea así, porque no lo percibo de esa manera, pero sin duda siento que tú temes que eso ocurra. [01:28:17.22]

Participante: Creo que le tengo más miedo a mi padre que a él.

Exacto. Todo se reduce siempre a aquello que no ha sanado de la infancia, a las personas reales a las que temes. Así que las personas reales a las que temes son tu madre y tu padre, y lo que ellos piensen y sientan respecto a todo esto. Y eso es lo que a menudo guía nuestras acciones. Entonces, decimos: “No puedo confiar en Dios, no puedo confiar en Dios”, pero todo eso es una engañifa. No es más que una distracción de la verdad, que es: “Puedo confiar en Dios, pero no quiero hacer aquello hacia lo que Dios parece guiarme, porque todas esas otras personas se enfadarán mucho conmigo”. [01:28:55.13]

10.2. La inversión en nuestra propia opinión y en la opinión de los demás sobre nosotros

Participante: Verás, la otra emoción que ha surgido mucho esta última semana es cuán profundo es el miedo a ser juzgados.

Sí; y es muy importante entender esto respecto a la fachada; nuestra fachada se basa totalmente en la inversión que hacemos en nuestra propia opinión o en la opinión de los demás sobre nosotros mismos. [01:29:45.19]

Participante: Así que la única forma real de superar eso es seguir desafiándolo, ¿verdad? Seguir enfrentándolo directamente y seguir sintiéndolo.

Sí. Empieza a desafiar tu propia opinión sobre ti misma, tanto en sentido positivo como negativo. Muchos tenemos una opinión de nosotros mismos mucho más elevada de lo que merecemos; y muchos otros tenemos una opinión mucho más baja de lo que merecemos. Y a menudo tenemos una mezcla de ambas cosas según el tema. Además, estamos muy pendientes de la opinión que los demás tienen de nosotros. Nos sentimos destrozados si alguien simplemente nos dice: “No sirves para nada”. ¡Destrozados por dentro! ¿Crees que te sentirías así de destrozada si estuvieras en unidad con Dios? Obviamente no. El hecho de sentirnos destrozados indica nuestra inversión en la fachada. Es algo que nos señala que deseamos desesperadamente tener una buena imagen ante los demás y que estamos dispuestos a hacer o negociar casi cualquier cosa para conseguirla. Eso es lo que mantiene esta fachada.

Y necesitamos permitirnos sentir el miedo que eso nos provoca. El miedo guía muchas de las acciones y decisiones que tomamos, y necesitamos permitirnos sentir el miedo a decepcionar a otra persona. Sabes, si alguien viniera y dijera: “Estoy muy decepcionado contigo”, la mayoría de nosotros nos sentiríamos destrozados. A muchos nos afectaría durante semanas. Por supuesto, cuanto mejor sea la opinión que tienes de una persona, peor será el efecto. Así que, si alguien de quien tienes una opinión baja se acerca y te dice: “Estoy decepcionado contigo”, tú respondes: “Ah, sí, ¡no te preocupes!”. Pero si tu madre o tu padre vienen y te dicen: “Estoy realmente decepcionado contigo”, la reacción es: “Uf”. Y aquí es donde comienza nuestra fachada. Intentamos ser lo que ellos quieren que seamos para no ser nosotros mismos, ya que ellos no quieren conocernos realmente; y así, nosotros también empezamos a crecer queriendo no conocernos a nosotros mismos. Ese es el resultado final.

Por eso, mi sugerencia es que examines la inversión emocional que depositas en tu propia opinión sobre ti misma y también en la opinión que los demás tienen de ti. Cuanto más hagas esto, más

surgirá en ti el deseo de la verdad. Si logras liberarte de la carga emocional vinculada a los demás y a lo que podrían llegar a hacer, lo irónico es que resulta muy poco probable que esas personas hagan realmente lo que tú crees que harán. Muy poco probable. Sin embargo, si te aferras a esas emociones, es muy probable que hagan exactamente lo que tú piensas que harán. Y ahí estamos, sentados justificándonos y aferrándonos a la emoción, pensando que es más seguro, cuando en realidad estamos provocando que ocurra aquello que tememos, precisamente debido a ese miedo. Es irónico, pero a menudo actuamos así. [01:33:22.08]

11. Miedos a no ser querido

Participante mujer: AJ, ¿querías un recordatorio sobre el tema del miedo a “¿seré amado?” [01:33:32.17]

Sí. Siento que siempre vas a tener ese miedo hasta que entres en contacto con tu yo herido. Hay ciertas emociones que siempre tendrás hasta que se liberen las emociones del yo herido. La mayoría de nosotros nunca fuimos amados, en realidad. Y tienes derecho a sentir miedo por ello en este planeta, porque la realidad es que muy pocos de nosotros somos amados alguna vez.

Sin embargo, podemos liberar la emoción simplemente permitiendo que el miedo esté presente. Así que siento que, con respecto a este tema del amor y nuestro miedo a no ser amados nunca, esto no tiene por qué guiarnos al lidiar con nuestra fachada. No tiene por qué cambiar la forma en que manejamos nuestra fachada. Por ejemplo, si simplemente aceptamos el hecho de que nadie nos ha amado, entonces ya sentiríamos el miedo a no ser amados nunca.

Una de las cosas que tuve que aceptar de una manera muy dura en mi propia vida fue que ni una sola persona de las que anteriormente habían estado en ella me hablaba ya. Nadie venía a visitarme y me encontraba totalmente solo. Mis propios hijos no me visitaban, ni venían a verme, ni me permitían ir a verlos; y mis padres tampoco lo hacían. Todas las personas cercanas a mí, en mi vida, todos los amigos que tenía... nadie, ninguno me hablaba; así que estaba realmente solo. Y entonces acepté el hecho de que no era amado. Ahora te sugiero que *no* tienes por qué pasar por todo eso; en cambio, solo necesitas sentir que no fuiste amada.

Pero yo me negué a sentirlo hasta que me encontré completamente solo en esa etapa de mi vida, sin nadie a mi alrededor, dándome cuenta de que, si me moría, me encontrarían tres meses después porque vencería el plazo del alquiler y vendrían a averiguar por qué no se había pagado. Y comprendí que nadie asistiría a mi funeral. Ni una sola persona. Y tuve que llegar a ese punto para aceptar el hecho de que no era amado. E irónicamente, eso me ayudó mucho, porque pasé por todo el duelo por esa falta de amor durante todo ese proceso y logré superarlo. No tenemos que llegar tan lejos, aunque algunos de vosotros tal vez sí lo hagan, creando esa situación en sus propias vidas para llegar a sentir realmente esa emoción. Pero mi opinión es que no es necesario llegar a ese extremo. Lo que sí necesitas es reconocer la verdad: que en nuestra infancia nunca fuimos amados. Ahora bien, muchos de vosotros sois amados por otra persona ahora, pero en vuestra infancia no lo fuisteis, y esa es la realidad de esa emoción. [01:37:17.26]

12. Cualidades necesarias para afrontar el yo de fachada (continuación)

12.1. Dirigir nuestra voluntad en la dirección correcta

Participante mujer: AJ, me pregunto si la fuerza de voluntad debería incluirse en esta lista. Lo pregunto porque por fin me he dado cuenta de que, en mi yo dañado, mi voluntad fue realmente anulada durante la infancia, y para poder descubrir y desarrollar algo de valentía, he tenido que activar mi voluntad. [01:37:40.16]

Estoy de acuerdo en que es esencial. Lamentablemente, tu deseo puro y apasionado no surgirá hasta que se haya liberado parte del yo dañado; pero considero que la voluntad es una parte fundamental para superar la fachada. Sin embargo, debes ser honesta respecto a tu voluntad. La mayoría de nosotros no estamos trabajando para superar nuestra fachada, sino que vivimos en nuestras adicciones. Seguimos usando nuestra voluntad para satisfacer nuestras adicciones. Podemos emplear nuestra voluntad en la dirección equivocada, y eso no nos servirá de nada. [01:38:25.25]

Participante: Así que podría ser dependencia de uno mismo, en vez de depender de Dios.

Sí. Necesitamos dirigir nuestra voluntad hacia otro lado, en lugar de enfocarla en satisfacer nuestras adicciones. Se trata de una voluntad orientada a descubrir la verdad —el deseo de descubrir la verdad sobre nosotros mismos—, y se trata de usar nuestra voluntad en esa dirección, en vez de utilizarla simplemente para lograr que nuestra adicción sea satisfecha. [01:38:54.03]

Participante: A veces sentía a los espíritus a mi alrededor casi queriendo anularme, y cuando realmente recordaba mi voluntad, las cosas parecían cambiar. [01:39:03.29]

Sí, totalmente. Y lo que te ha ayudado ahí es reconocer que los espíritus están influyendo en tu voluntad; eso es, de nuevo, parte del deseo de la verdad, el querer saber eso. Tu libre albedrío es el regalo más increíble que Dios te ha dado, aparte de Su Amor. Tu libre albedrío es el regalo más increíble. Y no depende del Amor de Dios, en el sentido de que puedes ejercerlo en desarmonía con el Amor de Dios si así lo deseas. Dios creó en ti la capacidad de hacer eso; por esa razón, es uno de los regalos más poderosos que jamás puedas recibir —uno que ya has recibido sin haberlo pedido—, mientras que el Amor de Dios no puede recibirse sin pedirlo. Tu voluntad, y el poder de tener tu propia voluntad, te fueron dados como un regalo sin siquiera haberlos pedido.

Muchos de vosotros sienten que fue una decisión equivocada por parte de Dios, porque piensan: “¿Por qué Dios me dio libre albedrío? ¿Por qué Dios no hizo esto o aquello? ¿Por qué Dios les da libre albedrío a otras personas, si de ese modo pueden hacerme daño?”. Y surgen todas estas otras preguntas; pero la realidad es que este regalo del libre albedrío, que se le ha otorgado a todo ser humano, es un regalo muy importante. Y es esencial utilizar esa voluntad en la dirección correcta. No es solo una cuestión de voluntad; es una cuestión de dónde la aplicas en cuanto a las decisiones que tomas como resultado de ella. [01:40:39.06]

Participante: Entonces, ¿eso pertenecería definitivamente al yo real?

Sí. El deseo de la verdad, el deseo de crecimiento personal y ese tipo de deseos que te ayudarán a ejercer tu voluntad en la dirección correcta. En realidad, todo esto tiene que ver con tu voluntad. Todo esto tiene que ver con tu valentía, tu integridad y tus deseos; todo ello forma parte de tu libre albedrío y de cómo lo ejerces. [01:41:02.09]

Participante mujer: Siento que la sinceridad está... o debería estar en la lista.

Siento que aquí es donde entra en juego la integridad. Necesitamos saber cuándo estamos siendo insinceros. No vamos a tener una sinceridad auténtica desde el principio, porque es imposible tenerla cuando estamos dañados. La sinceridad auténtica llegará con el tiempo; a medida que liberemos diversas emociones, alcanzaremos una sinceridad cada vez más genuina. ¿Qué nos llevará a liberar esas emociones? Solo nuestra voluntad ejercida en la dirección correcta, junto con el deseo de la verdad y de crecimiento, lograrán eso. Así que, aunque esas cosas son importantes, siento que no bastarán por sí solas para superar tu fachada. [01:41:56.29]

12.2. Compasión por nuestro daño emocional

Participante mujer: Siento la necesidad de amabilidad, compasión o ternura, pero no como una forma de evadir la realidad. [01:42:08.13]

Entiendo perfectamente tu punto de vista.

Participante: Tendemos a ser duros y a juzgar los errores.

El problema, una vez más, es que eso no suele ocurrir hasta que empezamos a liberar parte de nuestro yo dañado. Lo sé por experiencia propia, ya que a mí me llevó años sentir compasión por mí mismo. Al principio de mi proceso, no sentía ninguna compasión por mí; de hecho, parte de mi fachada consistía precisamente en no sentirla, porque mi familia y otras personas trataban la compasión hacia uno mismo como una forma de librarse de la responsabilidad. Se planteaba de tal manera que me resultaba imposible sentir compasión por mí mismo. La compasión hacia uno mismo es realmente importante, pero no sé si será suficiente para superar tu fachada.

Sentir compasión por tu propio daño te ayudará, sin duda, a superar tu fachada. En otras palabras, como dijo María, se trata de no juzgar al yo dañado, por muy grave que sea el daño o por muy mal que parezca. Muchos de vosotros aún no os dais cuenta —y es posible que, tras nuestra conversación de mañana, seáis más conscientes de ello— de hasta qué punto nuestras almas están dañadas a veces. Debemos sentir compasión por ello, en lugar de albergar tanto juicio y tanta ira hacia nosotros mismos. Es lo mismo que ocurre con la emoción del autocastigo; no es una emoción que convenga retener. Si sientes compasión por ti mismo, no caerás en el autocastigo. Sin embargo, es muy difícil lograrlo justo al principio, ya que nuestros padres nos enseñaron a castigar a nuestro propio yo dañado. Por lo tanto, hasta que no liberes algunas de esas emociones, no podrás superarlo realmente; el problema es que, mientras te encuentras en tu fachada, aún no has liberado dichas emociones. Puedes intentar sentir compasión a nivel intelectual, pero será muy difícil experimentar una compasión auténtica hasta que hayas liberado algunas de esas emociones.

12.3. Falta de voluntad frente a falta de valentía

Participante mujer: Hola, AJ. Me gustaría que hablaras un poco más sobre qué es la voluntad.

¿Puedo dejar eso para otra charla? Es el don principal que has recibido y merece más que una conversación de cinco minutos. Para mí, merece toda una serie de charlas. (Risas) El libre albedrío es una parte fundamental del regalo que Dios te ha otorgado; sin embargo, también es crucial aprender a utilizarlo en armonía con el amor. En particular, la mayoría de las personas en el mundo espiritual honran el libre albedrío que poseen, pero a menudo lo emplean de forma desarmónica con respecto al amor, sin comprender el daño que pueden causar mediante su voluntad. Así que nuestra voluntad, ejercida en una dirección negativa, puede causar un daño enorme; y nuestra voluntad, ejercida para sostener nuestra fachada, puede causar un daño inmenso no solo a nosotros mismos, sino también a muchas almas a nuestro alrededor. Personas que muchos de vosotros podríais haber condenado en el pasado, como Hitler o Stalin —del tipo de los gobernantes mundiales que han causado una gran destrucción—, vivían en su fachada y ejercían su voluntad en esa dirección; y puedes hacer un daño tremendo en ese sentido. Así que, en vez de hablar de la voluntad en términos generales, prefiero hablar de ella en cuanto a ejercerla en una dirección positiva y los efectos que esto conlleva, frente a ejercerla en una dirección negativa y sus efectos.

Participante: Sí, también me gustaría saber qué es, porque he oído decir que tengo poca fuerza de voluntad.

Entiendo, de acuerdo.

Participante: Para mí, es casi como un capataz interno. Así que, cuando se habla de la voluntad, simplemente quiero desconectarme.

Bueno, yo diría que tener poca fuerza de voluntad es un indicio de falta de valentía. Para mí, eso es parte de la voluntad, pero no es lo único relacionado con el libre albedrío. A menudo, si se te acusa de tener poca fuerza de voluntad, en realidad se te está acusando de falta de valentía. [01:46:28.12]

Participante: Era más bien, ya sabes, no terminar las cosas, no querer hacerlas.

Sí, bueno, ¿cuál es la única razón por la que uno no terminaría las cosas? Porque el que no las quieras llevar hasta su final, eso, para mí, no es un problema de voluntad, sino de miedo. [01:46:46.21]

Participante: Sí, ya sabes, no me importa esperar a otra charla, pero me gustaría tener una pequeña definición de lo que es la voluntad. [01:46:52.25]

Sí, claro. Sin embargo, para mí, lo que acabas de señalar es un problema de miedo, no uno de voluntad. Cuando hablamos de cosas como tener poca fuerza de voluntad, carecer de rumbo y situaciones similares, gran parte de ello tiene que ver con el miedo. No se trata en absoluto de la voluntad. La realidad es que, en nuestro yo real, existe una voluntad y un deseo muy fuertes; de hecho, Dios nos los ha otorgado como parte esencial de nuestra existencia. Jamás perderemos la capacidad de tomar nuestras propias decisiones y elecciones, ya que es un don que Dios nos dio desde el principio. El problema que enfrentas es que comienzas algunas tareas y no las terminas. Eso no tiene que ver con la voluntad —ni con la definición de libre albedrío—, sino con el deseo y el miedo, que son aspectos totalmente distintos de la voluntad. [01:47:48.24]

Participante: Quería comentar que hay una película genial sobre la voluntad que vi con Tris; se llama “Linterna Verde”. [*The Green Lantern*]

¡“Linterna Verde”!

Participante: Sí. Y la voluntad es verde.

La voluntad es verde.

Participante: Todo gira en torno a la voluntad.

Sí. “Linterna Verde”. Me estoy quedando sin energía, así que tendré que terminar pronto. [01:48:13.27]

Participante: Estaba pensando en el arrepentimiento. ¿Eso...?

Sí. Lamentablemente, cuando estamos bajo el dominio de nuestra fachada, no somos muy partidarios del arrepentimiento. En ese estado, no queremos ser humildes ni nos interesa el arrepentimiento. Lo vemos como algo que deben hacer los demás cuando nos han causado daño. En realidad, no sentimos un gran anhelo por ello; la verdad es que solo cuando empezamos a profundizar en ese yo herido es

cuando realmente comenzamos a experimentar muchas de las emociones que empiezas a plantear ahora.

Siento que esta lista que hemos elaborado constituye la base para superar la fachada.

Y una vez que logras traspasar la fachada, experimentarás muchas otras emociones, pero te resultará relativamente fácil sentirlas, ya que habrás aprendido a tener estas primeras como cimiento, como piedra angular de tu progreso. Esta base es fundamental. Sin ella, tendrás que afrontar problemas muy difíciles en el futuro y acabarás rindiéndote. Pero si cultivas estos deseos, capacidades y cualidades en tu interior, no importará cuán difíciles se pongan las cosas, cuánto tiempo tome el proceso, quién aparezca en tu camino o dónde suceda —ya sea que hayas llegado al mundo espiritual o lo hagas aquí—; nada de eso importará. Aun así, llegarás a tu yo real y llegarás a Dios. Si no posees estas cualidades, tarde o temprano quedará en evidencia la carencia de alguna de ellas.

Y, para muchos de vosotros, esa carencia se está manifestando con bastante rapidez en este momento. A algunos se les está revelando día tras día. La clave está en decirse: “Vale, esto me está indicando una vez más que carezco de integridad”. Verás, muchos de nosotros pensamos: “Ah, no; esto me está diciendo que la otra persona debería actuar correctamente conmigo”. En lugar de preguntarse: “Bueno, ¿cuál es mi papel en esto? ¿Dónde está mi falta de integridad? ¿O mi falta de valentía, o mi falta de deseo de la verdad, o mi falta de crecimiento?”, o bien: “¿Qué pasa conmigo?”.

Si adquieres estas cualidades y las desarrollas en tu interior, superarás rápidamente la fachada —y, sinceramente, es posible atravesar la fachada en cuestión de semanas— y llegarás a las emociones del yo dañado. Esa es la realidad. Pero si careces de algunas de estas cualidades, si te faltan, tardarás años en superar tu fachada. Hay personas en el mundo espiritual que llevan allí mil, dos mil o cinco mil años y aún no han superado su fachada. Tengo amigos del primer siglo que siguen en los infiernos sin haber superado su fachada. Todavía me gritan y vociferan por lo que les hice, aferrándose a su fachada. La realidad es que, cuando estás en ese estado, puedes culpar a todos los que te rodean en lugar de mirarte a ti mismo.

13. Palabras de cierre

Así que espero haber ayudado hoy a abordar toda esta cuestión del yo real. El yo de fachada, el yo dañado y el yo real forman parte de nosotros en este preciso momento. La clave para nosotros está en atravesar cada capa; y estas cualidades serán necesarias para superar la capa de la fachada. En el futuro hablaremos de las otras capas —la capa dañada y el yo real— y de lo que necesitarás para superar la capa dañada. Se requerirá un conjunto diferente de cualidades, pero es esencial que inviertas en las que hemos tratado.

A menudo ponía un ejemplo en el primer siglo sobre las inversiones; uno de ellos trataba de un hombre que era agricultor y terrateniente, y que no dejaba de construir cosas cada vez más grandes y mejores. Graneros más grandes, más propiedades... Él guardaba todo allí, acumulando bienes para su futuro, y, cuando murió, nada de eso se fue con él. Solo le quedó una inversión: la que había hecho en su alma. Y no tenía muchas inversiones en su alma.

Aquí es donde debemos examinarnos a nosotros mismos. Debemos preguntarnos: “¿Hasta qué punto me centro en invertir en mi alma antes de en otras cosas?”. Observa el tiempo que dedicas a invertir en tu alma en comparación con otras actividades. Eso no significa descuidar la responsabilidad personal, pues esta forma parte de la inversión en el alma. Tampoco significa que no debas tener un trabajo, porque eso forma parte cuidar de uno mismo e invertir en tu alma. Pero sí significa que nuestra alma debe ser una parte fundamental de nuestra inversión. Dios y, después, nuestra alma. Si logramos centrarnos en eso, realmente traspasaremos la fachada; si desarrollamos algunas de estas cualidades, lograremos superar esa fachada. Dejaremos de permitir que el intelecto condicione nuestras elecciones y nuestras decisiones, así como la forma en que procesamos las cosas; y llegaremos a nuestro verdadero yo herido. Y es importante llegar a ese yo herido, porque al hacerlo estamos un paso más

cerca de nuestro yo real. Eso es lo que buscamos.

Espero que esto os haya dado esperanzas para el futuro en cuanto a atravesar las fachadas y profundizar en los aspectos emocionales de las cosas, así como en cuanto al cultivo de ciertas cualidades esenciales para vuestro futuro a largo plazo. Todas estas cualidades son fundamentales para vuestro futuro, tanto aquí en la Tierra como en el mundo espiritual; son cualidades esenciales que es realmente importante desarrollar.

Espero que paséis una buena noche y, para aquellos que se animen, nos vemos mañana.
(Aplausos)