

1 EL DILEMA

Richard, un hombre exitoso de treinta y pico, andaba viajando hacia el Oeste después de la ruptura de otro matrimonio cuando llamas una mañana temprano. "Acabo de leer el libro Profecías Celestinas escrito por James Redfield. El amigo que me lo dio me habló de tu trabajo y me sugirió que te llamara cuando llegara a Springfield. El me dijo que tu pudieras tener algunas respuestas para mi y me podías ayudar a que mis cosas tengan sentido. Yo no sé, quizás es una pérdida de tiempo el que nos encontremos, pero mi vida es un desastre... y estoy desesperado."

Springfield está a una hora y media, manejando hacia el noreste, de Heartland, donde nosotros hacemos nuestros talleres intensivos. Yo tenía unos días entre el final de las sesiones de veranos y el comienzo de mi recorrido de dar conferencias, así que invité a Richard a que me encontrara más tarde esa misma mañana. El asintió.

Era un día claro, fresco y las hojas comenzaban a tomar los colores del otoño. Según lo vi bajarse del carro, Richard lucía más alto de lo que yo me había imaginado. El tenía puestos jeans (mezclilla) un saco azul y una camisa deportiva desteñida, y zapatos de correr en lugar de las botas de montaña que yo esperaba ver en alguien que viaja hacia el Oeste. El aparecía como si pudiera estar bien en cualquier lugar y sentirse cómodo prácticamente con cualquiera. Su cara mostraba inteligencia y sensibilidad, pero cargaba vestigios de tristeza; la corvadura en sus hombros indicaban lo que parecía ser una carga emocional grande.

Sus narraciones de relaciones y matrimonios rotos comenzaron antes de que nos acomodáramos en la casa. Típico de muchos de nosotros antes de que decidiéramos buscar alternativas a la manera en que nos enseñaron a vivir. Richard expresó frustración, rabia y miedo. El parecía vacilar en su dolor, usando palabras que yo he venido a conocer han nacido en el abuso que nos encontramos cuando nos culpamos o culpamos a otros.

Había cierta incertidumbre en su voz que parecía ser una ira controlada al borde de la violencia. Yo interpreté esto como el producto de una frustración tremenda y el sentirse sin control, asuntos que encuentro con frecuencia entre los individuos con los cuales trabajo.

PENSAMIENTO CLAVE La violencia es un intento de controlar. Mientras más insegura o fuera de control las personas se sienten, más violentas son sus palabras y acciones.

El terminó su historia y se lamentó, "Algunas veces me siento tan desesperanzado, que me pregunto si verdaderamente habrá alguna respuesta." El me miró ahora, con profundidad de pena, esperando una respuesta.

"Luce como si las cosas fueran muy duras para ti ahora" comenzó. "Qué te parece tomar una respiración profunda y quedarte quieto por un momento? Afortunadamente, estas

cosas pasan. Nosotros tenemos una herramientas muy poderosas para asistir en abreviar el proceso y asegurar un futuro que se desenvuelve mas fácilmente y con gran paz. ? Alguna cosa parecida a esta te ha ocurrido anteriormente? ¿Tu has sentido algunos de estos sentimientos anteriormente?

Richard admitió que muchas veces el había experimentado estos mismos sentimientos de rabia, y el comenzó a describir las circunstancias que hubo en algunas de la relaciones que terminaron abruptamente. El nos relató su creencia que no importaba lo que el hacia, o como actuaba, en las relaciones y la vida no había esperanza. El explicó que se estaba mudado de nuevo para escaparse de memorias dolorosas que lo asechaban en cada ciudad donde había tenido su hogar. Claramente el se sentía una víctima, solo y confundido acerca de la dirección que su vida iba a tomar. Su dilema era no saber que hacer; él tenía miedo de repetir sus errores. Esto lo prevenía a el de poder verdaderamente escoger. Sin embargo, el no entendía que su pasado tenía nada que ver con su presente. El me aclaró perfectamente que el quería hablar solamente de lo que estaba ocurriendo en su vida ahora, y no de nada que ocurrió años atrás.

"Yo le sugerí que notara, Richard, que cada 'situación' en su vida tiene una cosa en común; cada vez que eso pasa, tu estas ahí! Tu eres el factor común. Tu tomas parte, consciente o inconscientemente, en cada evento de tu vida.

"Tu me estas diciendo que yo quería que esas cosas me pasaran? Richard chisporroteo.

"Quererlo, no! Participar en ello, si! Cuando tu puedas ver y tomar responsabilidad por tu parte en los eventos, las cosas cambian .

Responsabilidad no es un peso que cargar, sino una llave para reclamar tu poder."

"C-l-a-r-o!" él disparó, cruzando sus brazos según hablo. " Así que, todo es mi culpa y si yo acepto la culpa, y admito que soy culpable, entonces todo está bien. ¿Es eso lo que dices? A mi no se me debe culpar! Si tu quieres culpar a alguien, cúpalos a ellos.! Yo he sido la víctima demasiadas veces, y no voy a dejar que pase otra vez.!" Sus dientes estaban apretados y sus hombros rígidos según echaba fuego por los ojos al mirarme.

"Si su mente está tan cerrada como el lenguaje de su cuerpo sugiere, mi trabajo esta definidamente hecho para mi" pensé. " Luce como si te estuvieras cerrando, Richard. Respira profundo; yo estoy aquí par apoyarte Mis palabras fueron 'toma responsabilidad', no 'tu eres culpable'! Este trabajo es para dejar ir la culpa y el culpar viendo nuestros propios patrones y entonces sanando lo que hay en nosotros que trae esos patrones. Mi meta es asistirte en reconocer, tratar responsablemente con y deshacer tu parte en cada situación dolorosa de tu vida de tu vida, y ha aprender a hacer las cosas de otra manera !

"Culpar es un escape de la responsabilidad y una manera de entregar tu poder? Si lo que pasa en tu vida es la culpa de los demás, entonces porque es que tu eres el que has estado ahí todo el tiempo? " Pregunté lo mas gentilmente que pude.

Este asunto que ha tenido a Richard sintiendo tanto dolor fue su ? Por qué Me Está Sucediendo Esto A Mi . . . De Nuevo?! pregunta, lo cual tantos de nosotros nos hemos preguntado repetidamente según vamos por la vida. No importa cual sea el evento actual en el mundo de afuera ; puede ser cualquier combinación de asuntos de relaciones, problemas del empleo, dificultades financieras, o cual otro numero de posibilidades. No importa cuales sean las circunstancias, siempre hay un factor común: la persona que está teniendo la experiencia está siempre envuelta!

PENSAMIENTO CLAVE - CULPAR ES UNA MANERA DE ENTREGAR TU PODER Y PRETENDER QUE OTRO TIENE LA CULPA