

15 TRANSICIONES

" Yo no estoy seguro de lo que quieres decir cuando dices, dejar ir las partes de nosotros que necesitan sanarse, parece como que voy a perder algo en el proceso." Richard me confío.

A la mayoría de las personas eso les produce miedo. Para algunos, al principio, les luce la parte de revés de hacer este trabajo. Según tu te comprometes con este tipo de pensamiento y sanas, vas a perder un amigo muy querido!"

" ¿Como es eso? El lucía intrigado.

"Cuando tu empleas el Perdón Verdadero—el miedo, la manipulación, el culpar y la culpa se van a evaporar de tu vida. Ya mas nunca vas a poder representar el papel de la víctima, que ha sido parte de tu vida por mucho tiempo. Ese amigo se va a tener que ir."

" Eso es verdad, el admitió. Justamente ahora me estoy dando cuenta de cuanto de mi vida e identidad ha estado atado a culpa y miedo. Es verdad que siento como una gran parte de mi va a desaparecer," el se lamentó. "No voy a saber que hacer. ¿Quién seré?"

"Luce como si una parte de ti ya está sintiendo tristeza acerca de la pérdida de las partes que representabas en tu personalidad antigua y que te encantaba representar. El dejar ir identidades y papeles antiguos que manifestabas es un trabajo importante. Algunas veces, esos íoes' antiguos no se van sin pelea y batalla. Los sentimientos de pérdida pueden ser tan fuertes que se pueden sentir como una muerte."

" En Arameo se decía que para poder vivir tu tienes que morir. Esto puede sonar como una declaración ridícula, pero cuando tu ves el ser antiguo—el falso, el ser que te quita el poder—tiene que irse, o morir, para que el verdadero ser pueda vivir, esto tiene perfecto sentido porque es una muerte de modo de ser.

"Richard, te puede ayudar el darte cuenta de que el culpar o ser víctima no nos trae ningún beneficio. Aparte de un sentido perverso de la rectitud, el martirio o la atención negativa, ¿ trajeron ellos alguna vez Amor, beneficio o recompensa?

"Esa es una pregunta interesante, Richard replicó pensativo. "Yo no me había dado cuenta como yo me había distorsionado, y cuan torcido es sentir placer en ser una víctima. Parece una buena manera de que te presten atención y no tener que aceptar culpa por nada. No importa lo que salía mal, yo estaba convencido de que la culpa era de otra persona."

Según el continuó, yo estaba consciente de su esfuerzo por seguir respirando y enviar un mensaje silente de reconocimiento. "Otra cosa que parecía un beneficio en aquellos tiempos es que yo atraía personas que simpatizaban conmigo, escuchaban mis historias

Y estaban de acuerdo conmigo. Era una manera de sentirme poderoso. Manipulando a otros para que estuvieran de mi parte, yo reunía soporte en contra del enemigo común, convenciéndome yo de que tenía la razón. Yo tenía a todas esas personas en la palma de mi mano, poniéndose de acuerdo conmigo según yo atacaba a alguien que era inocente.

"Tu dijiste anteriormente, michael, que nunca le hacemos a alguien nada, que anteriormente no nos hayamos hecho a nosotros mismos. También me doy cuenta que primero tenemos que crear abuso dentro de nosotros mismos para poder abusar a otro o permitir que otro nos abuse. Yo estaba tratando de condenar al ostracismo a la persona que culpaba, pero que yo era el que terminaba quedándome solo. Al final, mi conducta me llevó solamente a criticar a perder amistades. Y yo ni siquiera veía mi participación en ello."

"Todo lo que recibí por mis esfuerzos fue atención negativa y las mismas experiencias dolorosas una y otra vez. Cuando yo estaba usando el estilo de culpar y culpa, parecía que tenía poder. Ahora, me parece más como una clase de control inútil y falso.

" Toda mi vida me ha encantado decir , "Tu te vas a sentir arrepentido cuando tu veas lo que me has hecho! " Yo recuerdo a mi papá diciéndoselo a mi mamá, y mi mamá diciéndoselo a mi hermana. Es extraño pero según pienso en eso , siento mucha tristeza. Puedo ver que yo he seguido el patrón de relaciones de la familia. Que quería que luciera que yo tenía la razón y mantenerme en control. Haciendo esto yo podía evitar el enfrentar mi tristeza."

Yo entré en su secuencia de pensamiento, Richard, la necesidad de controlar, como con violencia y chismes, generalmente viene de inseguridad. La culpabilidad y el culpar no son verdaderamente muletas que te asisten en la vida sino una bola y cadena que te mantienen atrás. Son energías que están 'afuera del blanco'. Anteriormente cuando estábamos hablando de tu mamá, establecimos que las personas se sentían rechazadas por ti. Cuando esas personas se fueron tu te sentiste como una víctima. Tu eres solamente víctima del resultado de tu propia conducta."

"La visión que Richard colectó por haber hecho su trabajo, era el fruto de su voluntad de mirar sus realidades dolorosas y esto va a cambiar su vida para siempre. El estaba experimentando, por si mismo, que era bueno y sanador mirarse a uno mismo. El cambio en el era visible. Su postura era más erecta y su voz más profunda. El estaba pasando de el estado de víctima al estado de poder."

PENSAMIENTO CLAVE—Date la oportunidad de pensar pensamientos nuevos y probar las conductas nuevas que van a surgir como resultado.