

8. La mentira que siempre nos acompaña

Cuando empecé a hablar con los pacientes, me di cuenta de que todos compartían esta creencia interior: necesito ser amado. Al parecer, la gente cree que "ser amado" cubrirá su necesidad. Todas las historias de mis pacientes giraban de un modo u otro en torno al amor, más concretamente en torno a este pensamiento: *yo no soy amado*.

A continuación, me gustaría describir algunos casos reales que ilustran la expectativa de ser amado.

Caso 6: Una paciente joven fue incapaz de tragar o comer durante tres días. Sin embargo, no pude detectar ninguna anomalía física. La mujer llevaba dos años casada, y su gran problema era la actitud tacaña de su marido. Al principio él no quería irse de luna de miel, pero ella logró convencerlo. Esa noche, la joven se arregló y estaba esperando a que su marido la invitara a cenar a un restaurante, pero él le dijo: "Venga, vamos al supermercado a comprar algo de comer". No es exactamente romántico, ¿verdad?

Así pues, la mujer está casada con un hombre avaro. Ella, mientras aún estaba en su luna de miel, intentó suicidarse en la piscina del hotel. Antes de visitarme, algo había sucedido nuevamente que demostraba que su marido no había cambiado en los últimos dos años.

Todos los problemas de las personas tienen su origen en el hecho de que piensan que los demás no los quieren. ¿Por qué se enfada una madre cuando su hijo no lava los platos? ¿Está la mamá enfadada porque ella misma no puede lavar los platos? En realidad, lleva muchos años haciendo ese oficio, pero se enfada porque, inconscientemente, piensa que su hijo no la ama y no la aprecia, porque de lo contrario no le dejaría los platos sin lavar para que ella los lavara. Casi todos los libros de relaciones dicen: "Necesitas ser amado, dar y recibir amor". Esta mentira de que otra persona debe estar ahí para nosotros o para nuestras necesidades nos acompaña toda la vida y nos agobia.

Este error da lugar a otra mentira: "Nadie puede hacerme daño". En otras palabras, no está permitido que otras personas me mientan, me engañen, me peguen, me roben, etc. Sobre este tema tuve un caso memorable.

Caso 7: Una paciente estaba muy enfadada con su marido porque sabía que la engañaba. Ella lo había acusado repetidamente de ello, pero él siempre lo negaba, hasta que un día admitió que la había engañado y que quería romper con ella. A la paciente no le molestaba tanto que su marido tuviera otra relación como que le hubiera mentido durante tanto tiempo. Le pregunté: "¿Quién eres tú para que tu marido te deba honestidad? "

¿Quién soy yo para que alguien me deba algo? ¿Pueden otros engañarme o mentirme, golpearme o robarme algo? Los demás pueden hacer lo que quieran, aunque infrinjan las leyes del estado. En el momento en que no soporto las acciones de los demás, les quito el derecho a hacer lo que quieran y me aprisiono a mí mismo, y dejo de sentirme bien.

Dos simples preguntas muestran claramente lo ilógico que es el juicio del problema del amor. Cuando pregunto a mis pacientes: "¿Alguien puede pensar por usted?", todos responden correctamente: "No".

Pero si formulo la pregunta de otra manera: "¿Necesitas que alguien te ame?", todos responden "¡Sí!". Esto no es lógico. Si realmente necesito ser amado por otra persona, entonces *otra persona debe ser capaz de tener pensamientos amorosos por mí*. Así que las respuestas de mis pacientes a lo que

La mentira que siempre nos acompaña

SUBCONSCIENTE

MENTIRA



YO SOY DIOS

IDENTIDAD
DESCONOCIDA

CONSCIENTE

Debo ser amado

Los demás no tienen permiso para equivocarse conmigo (mentirme, engañarme, pegarme, robarme etc.)

Los otros son mi problema (los padres, la pareja, los hijos etc.)

en realidad es la misma pregunta son contradictorias. A menudo, las personas ni siquiera reconocen cuán contradictorias son sus percepciones sobre los pensamientos de otras personas.

¿Por qué toda persona quiere ser amada? ¿Y por qué cada persona está convencida de que su vida adulta se ve afectada si su madre no le amaba durante su niñez?

Un paciente, de más de 40 años, retrocedió cuando intenté mirarle los oídos. Le pregunté por qué tenía tanto miedo. El hombre respondió: "¡Porque mis padres no me amaban!". ¿De verdad tenemos miedo a los 40 años porque nuestros padres no nos amaban? No nos damos cuenta de que lo que hagan o dejen de hacer los demás no importa a la hora de satisfacer nuestras necesidades. Sólo lo que hacemos nosotros es decisivo para nuestras necesidades y nuestra vida.

La idea de que *necesito ser amado para satisfacer mis necesidades espirituales* es una mentira, simplemente porque es imposible. Nadie puede satisfacer las necesidades físicas y espirituales de otro individuo. Nuestro cuerpo revela este autoengaño a través de las emociones negativas y enfermedades.

El cuerpo es la mejor manera de ver si un pensamiento proviene de la mentira o de la verdad. El cuerpo no puede mentir. No hay alternativa a la reacción del cuerpo, aunque reaccione con tolerancias. Entre otras cosas, nuestro cuerpo necesita electricidad para funcionar. Esta corriente es provocada por el espíritu humano. Pero el espíritu también tiene sus propias necesidades, que debe satisfacer en primer lugar. El espíritu está vacío en sí mismo antes de recibir información. Para satisfacer nuestras necesidades, hay que responder a tres preguntas: ¿quién?, ¿cómo? y ¿de dónde?

¿Quién es responsable de llenar mi estómago? Yo soy responsable al 100%, porque nadie más puede comer por mí. Comer significa satisfacer la necesidad de alimento de tu cuerpo con lo que previamente has tomado de la naturaleza. Comemos según la ley de la vida, primero debemos *tomar para poder dar*.

Pasemos ahora al plano espiritual. ¿Quién es responsable de que mi espíritu reciba suficiente amor? ¿Quién es responsable de que se "llene"? Al igual que

con las necesidades físicas, yo soy 100% responsable. ¿Cómo debo proceder? La estructura del ser humano nos muestra que los pensamientos de amor hacia el prójimo son necesarios para generar la electricidad adecuada para el cuerpo. Pero primero hay que asimilar la información antes de poder transmitirla.

Sin embargo, en el error de su mente, el ser humano no ve que "amar" implica dos acciones. Las personas piensan que amar significa *sólo* dar. En realidad, sin embargo, queda claro que, si no puedo dar pensamientos amorosos a la otra persona porque no satisface mis necesidades, termino tomándole la información y le devuelvo exactamente lo que recibí. Si la otra persona no está en armonía o está enfadada, yo también estaré igual. Si la otra persona es amorosa, suelo responder con amor y sentirme bien por ello. Porque mientras tenga pensamientos amorosos, la corriente que se desencadena corresponde a mis necesidades físicas y no me dañará.

El principio de *tomar y dar* también se aplica a un pensamiento. El pensamiento amoroso es dar. ¿Dónde puedo obtenerlo antes? ¿Por qué no puedo simplemente tener tales pensamientos sobre aquellos que no me aman? Porque el espíritu está sumergido en el error de creer que su necesidad sólo se satisface si la otra persona le da algo. Esto significa que todos estamos pendientes de las acciones de los demás.

Las palabras no siempre son decisivas. Incluso palabras como: "Te quiero" pueden provocar enojo y estrés si las dice alguien que ayer me golpeó. ¿Cómo reaccionas y te sientes entonces? Se han dicho palabras tan bonitas, pero si no son creíbles, reaccionas con pensamientos no amorosos, creando un impulso eléctrico que produce una emoción negativa. Esto demuestra que los sentimientos *no* surgen de lo que hace otra persona, sino sólo de la propia reacción ante ello.

Entonces, ¿por qué, la mayoría de las veces, no puedo reaccionar positivamente ante el comportamiento negativo de la otra persona? ¿Por qué no soy capaz de ser objetivo, sino que tengo que enfadarme y sentirme mal? Porque el error de nuestro corazón nos hace creer inconscientemente que la otra persona nos debe algo, si no amor, al menos bondad.

Sin embargo, la idea de que debo ser amado no funciona, porque la ley la excluye. Una función que me concierne a mí mismo no puede tener lugar fuera

de mí. Nadie puede dar algo a alguien si no toma lo que se le ofrece. Todos ejercemos una influencia sobre los demás y, a la inversa, los demás ejercen una influencia (efecto) sobre nosotros. Sin embargo, que uno reaccione o no ante el "carisma" de la otra persona depende enteramente de uno mismo. No importa lo que te ofrezcan - bueno o malo - si no lo tomas, no pasará nada.

Según la ley de *tomar y dar*, tengo que tomar amor de alguna parte antes de poder transmitirlo. Si no puedo amar a la persona que no me ama, una cosa queda clara: esta persona es en realidad la persona de la que estoy tomando o de la que quiero recibir amor. Así que la utilizo como fuente de amor.

Si entendemos la estructura del ser humano, entonces la ley nos da una norma absoluta y fiable de causa y efecto. Teniendo la ley básica de todas las funciones del universo y la estructura del ser humano, a casi todo en nuestra vida le podemos encontrar una explicación y una razón de por qué sucede o por qué no sucede. El ser humano tiene la ventaja de poder reflexionar y conocerse a sí mismo, pensando así en profundidad.