



RED
Latinoamericana
DE PNL



LA MAGIA CONTINÚA

Revista Digital de libre Distribución

PNL, aplicaciones, modelos, nuevos diseños, Updates, magia ...

E-book Nro 8

www.redpnl.net

LA MAGIA CONTINÚA

INDICE

E-book Nro 8 - COPYRIGHTH ® RED L. DE PNL

Todos podemos ser héroes ... porque siempre podemos convertir nuestros sueños en realidad y reprogramarnos para alcanzar lo que deseamos y ayudar en el camino a otras personas. Robert Dilts

PNL O COACHING?

Master Trainer Graciela Marchetti

Pág. 1

EL ARTE DE PREGUNTAR

Entre la PNL y el Coaching

Master Trainer Alicia Irazusta

Pág. 2 y 3

EL ARTE DE PREGUNTAR

Estructura profunda y Estructura Superficial - Encyclopedia of NLP - Dilts & Delozier

Traducción Alicia Irazusta

Pág. 4 y 5

EL ARTE DE PREGUNTAR

Metamodelo del Lenguaje - Encyclopedia of NLP - Dilts & Delozier

Traducción Alicia Irazusta

Pág. 6

TRANCE GENERATIVO

El gran viaje de la conciencia

Dr. Stephen Gilligan Traducido para la RED por Trainer Guillermo Irrgang

Pág. 7 a 11

LOS GRADOS DE REALIDAD

Del libro LA MENTE HOLOGRÁFICA

Master Trainers Daniel Cuperman y Fernando Cuperman

Pág. 12 A 13

DESDE EL REINO METAFORICO ... La búsqueda de un maestro

Paulo Coelho

Pág. 14

Textuales de Anthony Robbins

Si queremos dirigir nuestras vidas debemos tomar control de nuestras acciones. No es lo que hacemos una vez lo que moldea nuestra vida sino lo que hacemos consistentemente.

Establecer metas es el primer paso para transformar lo invisible en visible.

Las personas exitosas hacen mejores preguntas y como resultado obtienen mejores respuestas.

Su vida cambia en el mismo instante en que toma una decisión nueva, congruente y comprometida

Si siempre haces lo que siempre hiciste obtendrás lo que siempre obtuviste.

Hay un motor poderoso dentro de cada ser humano que, una vez liberado, puede hacer realidad cualquier visión, sueño o deseo. La búsqueda constante de mi vida ha sido despertar esta fuerza y ayudar a cada uno de nosotros a recordar y utilizar el poder ilimitado que todos tenemos dentro.

La valentía disminuye cuando no la usamos; el compromiso languidece si no lo practicamos; la pasión se disipa cuando no la expresamos.

Son tus decisiones y no tus condiciones lo que determina tu destino.



PNL O COACHING? Integrando modelos de excelencia Por Graciela Marchetti

1

Es como preguntarle a un niño: “¿Quién es mejor, mamá o papá?”
Un niño con una auto estima intacta respondería: “¡Son diferentes! y juntos ... hacen maravillas!”

Si echamos una mirada inicial conciliatoria, salta a la vista que tanto el Coaching Ontológico como la Programación Neuro Lingüística hacen foco en el SER; la PNL, estudiando la subjetividad humana, explorando los matices de la excelencia personal y el Coaching desde su interpretación de los seres humanos como seres lingüísticos, que se crean a sí mismos en el lenguaje y a través de él.



Cuando somos capaces de romper con el pensamiento fragmentario, veremos de qué manera ambas disciplinas se asisten mutuamente, se complementan, se refuerzan y completan en una danza en que necesitamos de las dos en estos escenarios de vertiginosos cambios y desafíos extraordinarios. PNL. y COACHING; COACHING y PNL, danzando armoniosa y alternadamente como figura y fondo.

La PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA es una poderosa disciplina enfocada al desarrollo humano que facilita procesos de comunicación, aprendizaje y cambio. Provee herramientas y habilidades para el desarrollo de estados de excelencia, promueve la comprensión de los procesos mentales, la flexibilidad del comportamiento y el pensamiento estratégico. Es un camino para enriquecer las posibilidades que cada uno tiene y que están disponibles en el mundo que nos rodea. Es una habilidad práctica que nos permite obtener los resultados personales y laborales que queremos alcanzar y ampliar nuestro modelo del mundo encontrando así nuevos recursos para mejorar nuestra calidad de vida.

Con su exquisita exploración del RAPPORT y sus sutiles elementos, sus POSICIONES PERCEPTUALES, la gimnasia más recomendada para ubicar al ego en su lugar y desarrollar la empatía, la objetividad y la visión sistémica, sus SISTEMAS REPRESENTACIONALES (VAK), que optimizan los recursos que usamos a la hora de comunicarnos, su METAMODELO DEL LENGUAJE, que apunta a la asertividad verbal, sus METAPROGRAMAS O ESTILOS DE ELECCIÓN, claves en las áreas de motivación y toma de decisiones.

El *Coaching* anglicismo que procede del verbo inglés TO COACH, «entrenar», es un método que consiste en acompañar, instruir y entrenar a una persona o a un grupo de ellas, con el objetivo de conseguir alguna meta o de desarrollar habilidades específicas

El COACHING ONTOLÓGICO con una de las distinciones lingüísticas más significativas: AFIRMACIONES Y JUICIOS, con su detallado glosario de DECLARACIONES, tan poderosas y tan ignoradas a veces, con su postulado sobre EL PODER GENERATIVO DEL LENGUAJE para inventar y regenerar un sentido en la vida y accionar, con su DISEÑO DE CONVERSACIONES, que nos eleva como seres humanos responsables de los resultados que obtenemos.

El Coaching Ontológico es el arte de crear espacios de aprendizaje donde los seres humanos florecen, reflexionan y se encuentran con lo mejor de si mismos. Julio Olalla

Quizás uno de los desafíos en estos tiempos en que la información abunda sea precisamente integrar. La palabra integración tiene su origen en el concepto latino integratío. Se trata de “la acción y efecto para constituir un todo, completar un todo con las partes que faltan o hacer que alguien o algo pase a formar parte de un todo”.

Y de eso, precisamente, se trata: de incorporar, de sumar desde la congruencia y con criterio, respetando los postulados de ambas disciplinas. Ya lo dijo Tao Te King: “*Todo lo flexible y fluyente tenderá a crecer. Todo lo rígido o bloqueado se marchitará o morirá*”



EL ARTE DE PREGUNTAR

Entre la PNL y el Coaching

Por ALICIA IRAZUSTA

2

Las preguntas para un coach son herramientas básicas de trabajo. Indagar nos permite ampliar nuestra comprensión más profunda y completa de la situación.

Una buena pregunta es como “encender la luz en una habitación oscura”. Es más, el desafío entre los coaches es encontrar “La Pregunta”. Cuando preguntamos ponemos a la mente en posición de buscar una respuesta. Tal vez alguna vez le ha pasado que en una conversación sale algún tema de una película o libro y no se acuerda del nombre del autor, o del actor y cuatro o cinco días después aparece la respuesta.

La pregunta siguió funcionando en la mente inconsciente, buscándola. Las preguntas activan este tipo de búsquedas y “encienden la luz en zonas oscuras”. Nuestro inconsciente almacena muchísima información, la mayor parte de la cual está muy alejada de nuestro consciente. Y es también en nuestro inconsciente donde se almacenan las creencias, comportamientos, valores. A veces esas son “zonas oscuras” para nuestro consciente. Y no detectar el origen real del comportamiento o creencia puede crear limitaciones personales.



Las preguntas nos guían hacia la *estructura profunda*, donde habita la información completa y podemos encontrar la solución. A veces sólo con encontrar las causas que estaban ocultas a nuestro consciente alcanza para resolver la limitación. A veces se hacen necesarias otras intervenciones.

En muy notorio el efecto de una buena pregunta. Al concientizar el elemento problema o descubrir una solución, toda la fisiología del cliente cambia.

Una buena pregunta lleva al cliente a reconocer por sí mismo la dificultad, encontrar su propia forma de encarar una solución, se hace responsable de su vida.

Dar sugerencias es válido, pero no se compara con lo que ocurre cuando podemos descubrir lo que ocurre por nosotros mismos.

Es un placer chequear en la micro-gestualidad que “hizo el click”, “se iluminó” o “le cayó la ficha”. Cambia la respiración, el color de la piel, la tensión muscular.

Así el descubrimiento sea doloroso, la sensación de poder tener nuevamente la vida en sus propias manos es muy poderosa. El error está en mí, también la solución.

LA ESCALERA DE INFERENCIAS:

En 1985 Chris Argyris propone el concepto de escalera de inferencias. Este es un proceso muy común de la mente. A partir de ciertos datos observables o hechos llegamos a conclusiones que en muchas oportunidades generan acciones limitadoras.

En nuestra mente y a alta velocidad, se suele dar esta secuencia de pasos.

Por ejemplo:

Fulano llega tarde a una reunión y no explica el motivo de su demora.

En la mente puede ocurrir algo así como:

Llegó tarde, es un impuntual.

Estoy harto de tener personas impuntuales en el equipo de trabajo.

Y no explicó nada. No le importó que lo estuviéramos esperando, que interrumpió y ni siquiera explicó por qué se había demorado. Es un desconsiderado.

A fulano lo vamos a sacar del proyecto porque es impuntual y desconsiderado.

Este pensamiento ha ocurrido en nuestra mente a altísima velocidad. Es tan rápido que por lo general sólo somos conscientes de la conclusión y no del paso a paso. Entonces, emprendemos acciones que no siempre son las mejores.

PREGUNTAS QUE ABREN PUERTAS:

Aquí entra la herramienta de Meta Modelo del lenguaje.

En nuestra estructura profunda está la experiencia sin filtrar. Y es allí donde hay que buscar para desarmar este tipo de conclusiones.

Haciendo una serie de preguntas adecuadas, podremos desarmar conclusiones que no tengan fundamentos.

EL ARTE DE PREGUNTAR

Entre la PNL y el Coaching

Por ALICIA IRAZUSTA

3

Cada peldaño que se fue subiendo en el ejemplo ha pasado por un filtro diferente de nuestra mente. Y podemos levantar el filtro haciendo la pregunta que desafía y desarma la conclusión.

¿PARA QUE FILTRA NUESTRA MENTE LA INFORMACIÓN?

Estos filtros normalmente son favorables y su función es poder reducir el mundo a un espacio posible de entender y manejar. Podemos percibir una parte limitada del mundo, ya que nuestro consciente puede atender a un pequeño número de elementos dentro de los infinitos que nos envía permanentemente el mundo. La posibilidad de la atención selectiva es fundamental para poder movernos, tomar decisiones, operar en el mundo.

Se vuelven disfuncionales cuando al filtrar la información dejamos de percibir la parte de la representación interna donde existe la dificultad y así nos quedamos sin recursos para poder solucionarlo.

En el caso del ejemplo:

Fulano llega tarde a una reunión y no explica el motivo de su demora. (HECHOS)

A partir de los hechos se genera la secuencia de pensamientos:

Llegó tarde, es un impuntual. (GENERALIZACIÓN)

Estoy harto de tener personas impuntuales en el equipo de trabajo. (SUPRESIÓN)

Y no explicó nada. No le importó que lo estuviéramos esperando, que interrumpió y ni siquiera explicó por qué se había demorado. (DISTORSIÓN)

Es un desconsiderado. (DISTORSIÓN)

A fulano lo vamos a sacar del proyecto porque es impuntual y desconsiderado.(ACCIONES)

¿Cómo desarmamos la disfuncionalidad? ¿Cómo logramos tomar contacto con la idea completa?

El Meta Modelo del lenguaje plantea una serie de preguntas que nos permiten completar los elementos faltantes, salir de generalizaciones disfuncionales y desarmar las distorsiones.

Una vez que entramos en contacto nuevamente con los datos (llegó tarde – no explicó), es que podemos accionar desde los recursos. Por ejemplo preguntar qué pasó que llegó tarde, cual fue la razón que no explicara, etc., en lugar de contarnos una historia creada por nuestro modelo de mundo.

Las acciones son muy diferentes cuando podemos limpiar estos filtros que en este caso se volvieron muy disfuncionales.

PREGUNTAS DEL METAMODELO:

Este es el tipo de preguntas que nos llevan a indagar más en estructura profunda.

¿Todos?, ¿Nadie?, ¿Nunca?, ¿nada?

¿Hay alguien que si / no?, ¿Hubo alguna vez...?

¿Qué pasaría si...?, ¿Qué le impide?

¿Qué, específicamente?,

¿Quién?, ¿Cuándo? , ¿Dónde?

¿Cómo?, ¿Comparado con qué?, ¿Cómo lo sabe?

¿Quién lo dice?

¿Cómo puede hacer usted para cambiar la situación?

¿Para qué ...?



EL ARTE DE PREGUNTAR

Ampliando conceptos: ESTRUCTURA PROFUNDA Y SUPERFICIAL

Traducido por ALICIA IRAZUSTA

4

LA ESTRUCTURA PROFUNDA Y ESTRUCTURA SUPERFICIAL

TRADUCCIÓN: Encyclopedia of NLP - Dilts & Delozier

La Noción de Estructura Profunda de la PNL deriva de la teoría de gramática transformacional de Noam Chomsky (1956 – 1966).

Según Chomsky, los pensamientos y las ideas que no están relacionadas con ningún lenguaje particular (estructura profunda) pueden expresarse a través de una variedad de expresiones lingüísticas (estructura superficial). Las estructuras profundas llegan a la superficie luego de una serie de “transformaciones”. Estas transformaciones actúan como una clase de filtro en las estructuras profundas experienciales.

Según Grinder y Bandler en *La Estructura de la Magia Volumen I* (1975) el movimiento desde la estructura profunda a la estructura superficial involucra los procesos de supresión, generalización y distorsión.

Sin embargo, muchas claves importantes de la estructura profunda son reflejadas y expresadas en la estructura superficial verbal.

Como un ejemplo en la relación entre la “estructura profunda” y “estructura superficial, la mayoría de nosotros aprendió a escribir usando su mano derecha o izquierda. Pero, una vez que la mano aprendió la habilidad, podemos transferirla inmediatamente a otras partes del cuerpo. Así es que podemos escribir fácilmente nuestro nombre en la arena con el dedo pulgar del pie izquierdo o hacer letras sosteniendo un lápiz en la boca, a pesar de que estas partes del cuerpo tienen una estructura física completamente diferente.

La estructura profunda relacionada con la forma de las letras no está atada a ninguna parte del cuerpo en particular. Puede ser generalizada a muchas estructuras superficiales.



ESTRUCTURA PROFUNDA

Ideas. Emociones. Valores e Identidad

Físico. Verbal y otras expresiones concretas

Movimientos Palabras Imágenes

ESTRUCTURA SUPERFICIAL

La PNL ha ampliado el uso de la noción de “estructura profunda” para incluir más que el proceso lingüístico y las representaciones.

La PNL considera que la estructura profunda está compuesta por las experiencias sensoriales y emocionales – o “experiencia primaria”. Y considera también al lenguaje como “experiencia secundaria” – esto es, una parte de nuestro modelo de mundo que se deriva de las experiencias primarias.

El Meta Modelo fue desarrollado por Bandler y Grinder como un medio para trabajar con la estructura superficial del lenguaje para poder ayudar a las personas a enriquecer su modelo de mundo recuperando su estructura profunda y reconectándose con la experiencia primaria.

De alguna manera, todas las técnicas de PNL son un intento de crear mejores enlaces y vías entre la estructura superficial y la profunda.

Otra manera de organizar la relación entre la estructura superficial y la profunda es la noción de Niveles Neurológicos. Cada uno de los niveles (entorno o ambiente, comportamientos, capacidades, creencias, valores e identidad) es considerado sucesivamente estructura más profunda que el nivel debajo del mismo. Nuestra percepción e interacción con el entorno es la parte de nuestra experiencia que está más cerca de la “superficie”.

Coordinar y gestionar los comportamientos requiere que nos moviliemos adentrándonos en la estructura profunda de nuestra neurología. Nuestras capacidades organizan y coordinan nuestros comportamientos, involucrando procesos menos concretos y más profundos. Las creencias y los valores son los puntales de las capacidades y comportamientos.

Son los más difíciles de expresar en la estructura superficial, pero son los que nos influyen desde el nivel más profundo.



EL ARTE DE PREGUNTAR

Ampliando conceptos: ESTRUCTURA PROFUNDA Y SUPERFICIAL

Traducido por ALICIA IRAZUSTA

4

La identidad es un conjunto muy profundo de relaciones que puede ser descripta como una “función”, análoga a la ecuación que se usa para crear matemáticamente un fractal.

Semejante a la idea de Chomsky acerca del lenguaje, la estructura profunda de nuestra identidad llega a la superficie a través de una serie de transformaciones que se mueven atravesando valores, creencias, capacidades y finalmente comportamientos que actúan en el mundo. Estas transformaciones están sujetas también a las supresiones, distorsiones y generalizaciones. Estas últimas son el foco de varias técnicas de PNL.

LA ESTRUCTURA SUPERFICIAL

En PNL, el término Estructura superficial se usa para referirse a palabras, imágenes, música, movimientos y otras expresiones tangibles de los procesos neurológicos profundos en el cerebro y sistema nervioso. La noción de la ONL de estructura superficial (Bandler y Grinder 1975) deviene de la teoría de gramática transformacional de Chomsky (1956 – 1966).

Según Chomsky, los pensamientos e ideas (estructuras profundas) que no están relacionados a ningún lenguaje en particular pueden ser expresados a través de una variedad de expresiones lingüísticas (estructuras superficiales). Las estructuras profundas llegan a la superficie luego de una serie de “transformaciones”. Estas transformaciones actúan como una clase de filtro en las estructuras profundas experienciales.

Según Grinder y Bandler el movimiento desde la estructura profunda a la estructura superficial involucra los procesos de supresión, generalización y distorsión. En consecuencia, las estructuras superficiales son reflejos necesariamente incompletos de las estructuras superficiales.

Sin embargo, muchas claves importantes de la estructura profunda son reflejadas y expresadas en la estructura superficial verbal. Frecuentemente, las estructuras profundas se revelan en una colección de estructuras superficiales, o “descripciones múltiples”.

La PNL ha ampliado el uso de la noción de “estructura profunda” para incluir más que el proceso lingüístico y las representaciones. La PNL considera a la *estructura superficial* la expresión concreta de nuestras experiencias sensoriales y emocionales profundas. (Experiencias primarias). Las estructuras superficiales son esencialmente los productos o “contenidos” lingüísticos, cognitivos o de comportamiento que resultan de las “formas” neurológicas profundas.

La PNL ve al lenguaje y otros comportamientos de estructura superficial como derivados de la experiencia primaria, pero que necesariamente son representaciones incompletas de esa experiencia.

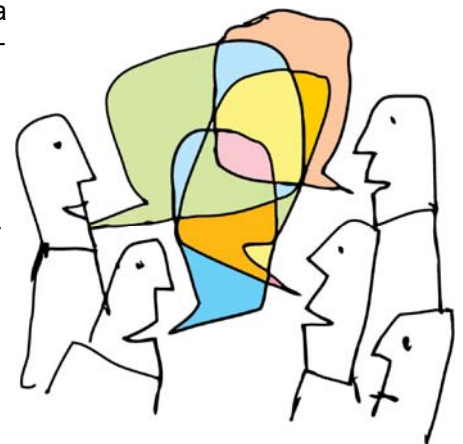
Muchas de las técnicas de PNL funcionan buscando identificar o crear mejores caminos o enlaces entre la estructura superficial y la profunda.

El Meta Modelo fue desarrollado por Bandler y Grinder como un medio para trabajar con la estructura superficial del lenguaje para poder ayudar a las personas a enriquecer su modelo de mundo yendo más allá de los límites de una expresión verbal particular.

Modelar es hacer el intento de identificar los patrones de la estructura profunda que generan y guían estructuras superficiales deseables. En la forma de capacidades y rendimientos efectivos.

La Sintaxis somática es una de las maneras de utilizar las expresiones corporales como una manera de identificar y enriquecer los estados internos profundos y las estructuras organizativas que producen esas acciones.

Explorando y enriqueciendo la vía entre nuestras variadas formas de la estructura superficial y la estructura profunda que las genera es que podemos expandir nuestras capacidades y manifestar plenamente nuestro potencial.



EL ARTE DE PREGUNTAR

Ampliando conceptos: METAMODELO DEL LENGUAJE

Traducido por ALICIA IRAZUSTA

6

TRADUCCIÓN: Encyclopedia of NLP - Dilts & Delozier

El Meta Modelo fue desarrollado inicialmente por los modeladores lingüísticos John Grinder y Richard Bandler como una forma de identificar y responder a patrones problemáticos en el discurso de la persona en el entorno terapéutico. Consiste en una serie de categorías que identifican varias áreas de la comunicación verbal que son susceptibles de ser consideradas ambiguas y que crean limitaciones, confusiones o malos entendidos en la comunicación.

También provee una pregunta o set de preguntas para cada categoría que pueden ser usadas para especificar, enriquecer o esclarecer la ambigüedad verbal y desafía o transforma las potenciales limitaciones.

Sin embargo la identificación de patrones de meta modelo y la aplicación de las preguntas correspondientes no está confinada únicamente a la terapia, y puede producir una revelación importante en la estructura del pensamiento y del habla cuando se la aplica en la solución de algún tipo de problema.

El principio básico detrás del Meta Modelo es el concepto de Korzybski que dice que "el mapa no es el territorio". Esto es, el modelo que nos hacemos en nuestros cerebros y en nuestro lenguaje del mundo que nos rodea no es el mundo en sí mismo, sino representaciones del mismo.

El Meta Modelo sostiene que nuestras representaciones mentales y verbales están sujetas a tres áreas básicas problemáticas: generalizaciones, supresiones y distorsiones.

Bandler y Grinder lo describen así:

La paradoja más profunda que nosotros vemos de la condición humana es que el proceso que permite que sobrevivamos, crezcamos, cambiemos y experimentemos alegría es el mismo proceso que nos permite sostener un empobrecido modelo de mundo – nuestra habilidad de manipular símbolos, esto es, la habilidad de crear modelos.

Entonces, el proceso que permite lograr las más extraordinarias y únicas actividades humanas es el mismo proceso que bloquea nuestro crecimiento adicional si cometemos el error de confundir el modelo del mundo con la realidad. Podemos identificar 3 mecanismos con los que hacemos esto: Generalizaciones, Supresiones y Distorsiones.

Generalización es el proceso por el cual elementos a piezas del modelo de una persona se separan de la experiencia original y representan una categoría completa de la cual la experiencia es el ejemplo. Nuestra habilidad de generalizar es esencial para afrontar el mundo. Este mismo proceso de generalización puede llevar al ser humano a establecer reglas tales como "No expreses ningún sentimiento."

Supresión es el proceso por el cual prestamos atención selectiva a ciertas dimensiones de la experiencia y excluimos otras. Tome por ejemplo la habilidad que tiene la gente de filtrar o excluir todos los sonidos en una habitación llena de personas hablando para escuchar la voz de una persona en particular... La supresión reduce el mundo a proporciones que podemos manejar. La reducción puede ser muy útil en algunos contextos y sin embargo ser fuente de dolor para nosotros en otros.

Distorsión es el proceso que nos permite hacer variaciones o cambios en nuestra experiencia o datos sensoriales. La fantasía por ejemplo, nos permite prepararnos para experiencias que podríamos tener antes de que ocurran... Es el proceso que hace posible todas las creaciones artísticas que hemos producido como humanos... De manera similar, todas las grandes novelas, todos los descubrimientos científicos revolucionarios involucran la habilidad de distorsión y de tergiversar la realidad del presente.

En el lenguaje, estos procesos ocurren durante el traslado de la *estructura profunda* (las imágenes mentales, sonido, sensaciones y toda representación sensorial que están almacenadas en nuestro sistema nervioso) hacia la *estructura superficial*. (las palabras, signos y símbolos que elegimos para describir o representar nuestra experiencia sensorial primaria)

La función del Meta Modelo es la identificación de las generalizaciones, supresiones y distorsiones problemáticas a través del análisis de la "sintaxis" o forma de la estructura superficial y proveer un sistema de preguntas para obtener una representación de la estructura profunda enriquecida.



EL TRANCE GENERATIVO Y EL GRAN VIAJE DE LA CONCIENCIA

7

Traducción: Guillermo Irgang

DR STEPHEN GILLIGAN

El espacio experimental del trance generativo es un lugar donde podemos crear nuevas dimensiones de realidad. Es un vehículo sumamente útil para navegar el viaje de la conciencia, el corazón mismo de una vida con propósito. Es una travesía a nuevos territorios, a crear nuevas realidades, a transformar la conciencia, sanar heridas y evolucionar a estados más elevados de conciencia.

Es el resultado de 4 principios, (1) *felicidad*, (2) *salud*, (3) *servicio a los demás*, (4) *sanarnos a nosotros mismos, a otros y al mundo*.

Para comprender como el trance generativo activa estas capacidades podemos examinar las siguientes premisas principales:

La conciencia es primordial.

La conciencia crea el campo cuántico del inconciente creativo, el cual construye el mundo clásico de la mente consciente.

La mente crea y navega mapas representacionales del mundo (o de los mundos).

Estas premisas conforman las bases para comprender el trance generativo como práctica que integra a la mente consciente con el inconciente creativo, llevando a ambos a niveles donde la transformación creativa es posible.



La vida, un viaje de la conciencia

El trabajo con trance generativo comienza con una premisa fundamental: es la conciencia misma la que crea la realidad. Este punto de vista ha regido los caminos místicos por largo tiempo, y en el último siglo, con el advenimiento de la física cuántica, está obteniendo cada vez más aceptación. En contraste con la visión materialista que ubica a la conciencia como un epifenómeno que surge de los estados mentales, esta nueva mirada considera que la realidad clásica es creada por la conciencia en interacción con las ondas del campo cuántico. Estas ondas del campo son "realidades virtuales", es decir, existen como posibilidades infinitas, no de hecho. Cuando una conciencia que observa se relaciona con el campo cuántico, "colapsa" la onda virtual "del campo de infinitas posibilidades" a una realidad específica. De acuerdo a esta visión: sin conciencia no hay realidad. La conciencia está en todos y cada uno de nosotros.

Por cierto, este punto de vista contrasta radicalmente con la forma de pensar tradicional de occidente. Tal como lo señalara el físico David Bohm, ésta nueva visión surge de experimentos sorprendentes tales como (1) electrones que se mueven en forma discontinua, saltando de una órbita a otra, (2) electrones que aparecen ya sea como partículas o como ondas, dependiendo de si una conciencia las observa, (3) influencia no local, es decir que una partícula puede instantáneamente (y más rápido que la velocidad de la luz) influenciar a una partícula a distancia. Descubrimientos recientes demuestran que gran parte de nuestro universo (alrededor de un 96%) consiste de materia oscura y energía oscura. Estos descubrimientos indican que el tiempo/espacio clásico no es lo primario.

La conciencia tiene un papel fundamental en el trance generativo; percibimos a cada persona con un infinito potencial para la acción creativa. Ciertamente, no es una tarea sencilla realizar este potencial. Por lo tanto, para embarcarnos en esta aventura, el foco principal de la labor es alentar al desarrollo de una conciencia superior. Partimos de la creencia que la conciencia está evolucionando, aunque lenta y sinuosamente, en muchos niveles. El desafío radica en acelerar ese desarrollo. En la ejecución, el practicante de trance generativo se sienta con su cliente a "meditar en la relación", albergando ideas tales como: "algo está despertando", "estoy seguro de que esto tiene sentido", y "algo está intentando sanar". En consecuencia, gran parte del proceso se trata de asegurarse que tanto el cliente como el practicante se encuentren en un estado generativo que les permita realizar estas posibilidades. Este es el propósito de la inducción hipnótica, elevarse a un estado superior de conciencia donde el aprendizaje generativo sea posible.

Para desarrollar este estado prestamos atención especialmente a los momentos en que la energía de la persona crece o se intensifica, cuando la conciencia deja de limitarse al estado de "trájin diario" de identificación con el ego.

EL TRANCE GENERATIVO Y EL GRAN VIAJE DE LA CONCIENCIA

Traducción: Guillermo Irgang

DR STEPHEN GILLIGAN

8



Puede producirse a través de un evento positivo, como cuando nos conmovemos por el amor, o nos abrimos para contemplar lo bello, o nos sentimos elevados frente a la presencia de lo estético. No obstante, puede presentarse también mediante un evento negativo, habituales dentro del marco terapéutico, tales como los miedos, las adicciones o las experiencias donde se pierde el control. Estas experiencias son como capullos de los “trances naturales espontáneos” por medio de las cuales el inconsciente procura dejar de lado viejos “mapas” para sanar, transformar o crear algo nuevo. *El éxito dependerá de la calidad de la relación humana con la experiencia*, es decir, al conectarse la conciencia con las experiencias crea un evento positivo o negativo.

Si un evento es positivo (“generativo”), algo bueno ocurrirá (transformación), en cambio, si se procesa en forma negativa (o “degenerativa”) se tendrán resultados negativos (síntomas). Para generar un trance generativo, comenzamos sintiendo en forma positiva que algo está tratando de despertar, y luego creamos un estado de conciencia generativa que permita que ello ocurra. De este modo, el trance generativo da luz a una nueva conciencia en el mundo.

Un ejemplo es el caso de un señor, preocupado y movilizado por sus frecuentes enojos con su madre que agonizaba lentamente de cáncer. El proceso consistió en ayudarlo a darle la bienvenida a este patrón “fuera de su ego”, desarrollando un estado de centrado interno que le permitiera ser testigo de la experiencia. En el estado alerta de trance, él pudo advertir donde sentía esa energía en su cuerpo, y a que edad asociaba haberla sentido anteriormente (8 años). En esta “sopa cuántica” surgieron en el trance también otras experiencias positivas y negativas. Guiado por su intención positiva de sanación, y centrado en su mente y en su cuerpo, pudo darse cuenta que ese viejo enojo representaba una de las piezas principales del mosaico de su identidad, el cual se estaba transformando debido al proceso de fallecimiento de su madre.

Sin duda, a través de la vida, el ser humano pasará por cambios importantes, muertes de seres queridos, nacimientos, enfermedad, matrimonios, divorcios, etc. Consideramos dichos cambios como naturales e inevitables, como un río que atraviesa la vida de la persona, aportando numerosas oportunidades de crecer y despertar. El trance generativo busca organizar estos contextos de modo que su potencial pueda ser recibido y realizado en forma positiva.

La conciencia crea el campo cuántico del inconsciente creativo, el cual crea a su vez las realidades clásicas de la mente consciente.

El desarrollo de la conciencia nos conduce por dos mundos sucesivos, los cuales llevan muchos nombres diferentes, como por ejemplo, la imaginación y la realidad, la posibilidad y los hechos, creatura y pleroma, primaria y secundaria, etc. En el trabajo de trance generativo lo describimos como (1) la realidad *cuántica* del inconsciente creativo y (2) la realidad *clásica* de la mente consciente.

El mundo cuántico es el orden profundo, es el imaginario “campo infinito de posibilidades” del cual se crean las realidades. Se encuentra “antes y más allá” del tiempo y el espacio, vacío de formas reales (materiales) y plena de infinitas formas potenciales. Cuando le preguntamos a una persona de donde vino su idea creativa, la contestación típica es “no sé” o “simplemente se me presentó”. A este “espacio misterioso de donde proviene el pensamiento creativo” lo llamamos el campo cuántico del inconsciente creativo. Cuando la conciencia interactúa con el mundo cuántico, “colapsa” la onda del campo (que contiene innumerables posibilidades) en el mundo clásico de la mente consciente con una realidad específica. El mundo clásico es el de la realidad convencional, de las “cosas separadas”, de la materia sólida, espacio y tiempo, la física de Newton, el de las cosas que “realmente” están presentes.

Es un mundo empírico de valores simples: algo es verdad o no, si estás aquí no estás allá, lo que ves es lo que obtienes, etc. Es donde mora la lógica causal, donde el tiempo avanza y no retrocede, donde lo que nace muere, y donde las cosas son como son. Este mundo clásico contiene nuestras experiencias y las tradiciones e historia de quienes hemos sido hasta aquí.

EL TRANCE GENERATIVO Y EL GRAN VIAJE DE LA CONCIENCIA

Traducción: Guillermo Irgang

DR STEPHEN GILLIGAN

9

LOS DOS MUNDOS DE LA CONCIENCIA: CUANTICA Y CLASICA

CUÁNTICA	CLÁSICA
Infinitas Posibilidades	Hechos Específicos
Visionario – “Soñador”	Directivo – “ crítico, realista”
Inconciente Creativo	Mente Conciente
Superposición (múltiples posibilidades)	Posición específica
Virtual	Real
sutil	Material (“realidad dura”)
Onda	Partícula
Sin Tiempo	En el Tiempo
Valores Múltiples	Valores únicos
Lógica Cuántica	Lógica Clásica
El Todo (orden implicado o plegado)	Las Partes (orden explicado o desplegado)
Ideal (indestructible imposible de herir)	Real (roto y herido)
Translúcido	Opaco
N dimensiones, inimaginable	4 dimensiones, imaginable
Territorio	Mapa

Cuando observamos estos factores complementarios, comprobamos que la conciencia creativa necesita ambos mundos. El campo cuántico del inconciente creativo contiene todas las formas o estados de las cosas posibles. Aplicando este concepto a la identidad psicológica, diríamos que el inconciente creativo contiene todos los “seres posibles” de un individuo. Tomemos, por ejemplo, que una persona llamada David viene quejándose de depresión. Al observarlo en su “estado de depresión”, advertimos que en su inconciente creativo pueden existir muchas otras “identidades de David”, un David juguetón, uno serio, uno juvenil, otro sabio, etc. De este modo, a medida que observamos que David “colapsa” en el “David deprimido” hacemos lugar para esa presencia a la vez que percibimos los otros seres posibles disponibles dentro del “inconciente creativo” del campo cuántico. Por lo tanto, la función del trance generativo es ayudar a la persona a aflojar su apego a un estado específico, y abrirse al más amplio campo cuántico de posibilidades adicionales. Los ingredientes de estas “sopa cuántica” pueden mezclarse para convertirse en un transformador y nutriente sustento.

No obstante, no es suficiente experimentar en trance nuevas posibilidades, es necesario convertirlas en realidades del mundo clásico para que se tornen en una verdadera diferencia. De lo contrario serán meramente “fruta fantasma” en lugar de nutrición para nuevas realidades. El inconciente creativo cuenta con las infinitas posibilidades, la mente conciente las hace reales. La mente conciente fracciona el todo del inconciente creativo (lo que David Bohm llama el “orden implicado”) en un campo de muchas partes (lo que Bohm llama el “orden explicado”). El tiempo, el espacio, la autoconciencia y la existencia surgen de la relación cambiante entre las diferentes partes del todo. (Como diría Bateson, la mente está basada en la “diferencia”). Por lo tanto, es la mente conciente del mundo clásico que da lugar a la autorrealización de la conciencia.

Es importante recordar que cada mente complementa la otra, ya que frecuentemente se considera, en el trance, que la mente inconciente es superior a la mente conciente. El trance generativo busca operar en ambos mundos al mismo tiempo, y para lograrlo, necesitamos comprender como la mente de cada mundo puede ser estructurada generativamente.

EL TRANCE GENERATIVO Y EL GRAN VIAJE DE LA CONCIENCIA

10

Traducción: Guillermo Irgang

DR STEPHEN GILLIGAN

La mente es el medio para crear y navegar entre ambos mundos

Hasta aquí hemos distinguido tres niveles diferentes: la conciencia misma, el campo cuántico de la mente inconciente y el mundo clásico de la mente conciente. Estas distinciones concuerdan con lo que describió el mitólogo Joseph Campbell (1949) en el "Héroe de mil caras" como el monomito del "viaje del héroe" de la conciencia que encontramos en muchas culturas.

"Existen dos etapas, primero la emanaciones inmediatas del No Creado, creando, en el fluir fuera de todo tiempo, los personajes de la edad mitológica, y en segundo lugar estos Creados que Crean dentro de la esfera de la historia humana. Donde antes teníamos cuerpos causales visibles, ahora los efectos secundarios de los hechos duros entran en foco dentro la pupilas del ojo humano". (p.315)

"Para formularlo en forma breve, la doctrina universal nos enseña que todas las estructuras visibles del mundo (todas las cosas y los seres) son el efecto del poder ubicuo de donde surgen, el cual los sostiene y los colma durante el período de su manifestación y en su regreso a la disolución final. Este poder se conoce en la ciencia como energía, en la cultura de Melanesia como *Mana*, para los indios Sioux como *Wakonda*, en el hinduismo como *Shakti*, y para los cristianos como el *poder de Dios*. Su manifestación en el cosmos es la estructura y flujo del universo mismo.



La aprensión de la fuente de este indiferenciado y omnipresente sustrato de ser, se ve frustrada por los órganos mismos a través de los cuales esa aprensión debe tener lugar. Las formas de sensibilidad y las categorías del pensamiento humano, los cuales no son más que manifestaciones de este poder, limitan de tal forma la mente que, normalmente es imposible no sólo ver sino también concebir lo que se encuentra más allá del colorido, fluido, infinitamente variado y sorprendente espectáculo de los fenómenos. La función del ritual y el mito (*Gilligan: y el trance generativo*) es hacer posible y facilitar este salto por analogía. Las formas y conceptos que las mentes y los sentidos comprenden, se presentan y conforman de tal manera que sugieren una verdad o apertura que trasciende. (p. 258)"

En estos brillantes pasajes, Campbell esboza la progresión en tres niveles, y enfatiza cómo nos quedamos atrapados en el contenido del mundo conciente, creando un estado de amnesia, una alucinación negativa, que nos impide acceder a los niveles más profundos de donde éstos emanan. Podemos advertir este "encarcelamiento" especialmente en aquellos que buscan asistencia terapéutica, ya que se encuentran atrapados un mundo que ellos han creado lleno de sufrimiento, una especie de trance hipnótico donde cuentan con muy poco o nulo conocimiento de las grandes posibilidades que se encuentran más allá de sus situaciones. El objetivo del trance generativo, es asistir a la persona, como diría Campbell, a ser "transparentes a lo trascendente" es decir, disolver las paredes opacas de su mundo conciente e iluminar más allá, al brillante y más amplio mundo de mayores posibilidades.



Para lograrlo, necesitamos recordar que tanto el mundo de la experiencia conciente y del inconciente creativo, funcionan mediante filtros. La principal función de la mente es: ser una herramienta de conciencia que (1) crea una experiencia del mundo y además (2) navega a través de él. De este modo, podemos expandir este concepto de la siguiente manera: (1) no existe una realidad independiente de la conciencia que la observa, y enfatizar que (2) la conciencia que observa lo hace por medio de ciertos filtros para crear realidad.

EL TRANCE GENERATIVO Y EL GRAN VIAJE DE LA CONCIENCIA

11

Traducción: Guillermo Irgang

DR STEPHEN GILLIGAN

Dichos filtros operan a varios niveles, por ejemplo, el sistema nervioso es un filtro mental, como así también son filtros la identidad cultural, la identidad propia de la persona y aún la memoria particular de una experiencia. Cada trance generativo es un “experimento en conciencia”, ya que exploramos como estos filtros (o por lo menos nuestra relación con ellos) pueden cambiar, permitiendo la construcción de una realidad diferente.

Nuevamente, ésta no es una labor sencilla. En términos generales, el nivel de conciencia debe ser por lo menos tan profundo como el patrón que se desea cambiar. Al menos, cuando advertimos que activamente estamos participando en la realidad que creamos, podemos explorar profundamente cómo es que lo hacemos, y cómo lo podríamos hacer diferente. Esta curiosidad es la esencia de la labor generativa.

La idea de que es la conciencia con sus filtros la que crea realidad significa que no existe una estructura fija de la mente conciente o inconciente. Por lo tanto, Freud miró dentro del inconciente y lo que encontró fue una oscura orgía de sexo, drogas y rock & roll.

Asimismo, es importante comprender que la mente conciente no cuenta con estructura fija. En las tradiciones occidentales, la mente conciente es vista como un intelecto sin cuerpo, construido con la intención de controlar o consumir todo lo que encuentra a su paso. Sin embargo, existen otras posibilidades. Milton Erickson nos brindó un ejemplo excepcional para modelar, el de una mente inquisitiva, lista para cooperar, conectada en la relación y eminentemente creativa. ¿Cómo organizarías tú los filtros concientes de tu propia mente?

Ciertamente existen tradiciones establecidas (o profundamente condicionadas por filtros) que llevan a crear realidad de una forma en particular. Estos condicionamientos o patrones existen a nivel neurológico, cultural, familiar, social e individual. Una vez que se establece cierto patrón, funcionará como el patrón por defecto hasta que sea interrumpido o trascendido, y esto de por sí no es algo menor. Por lo tanto, la visión constructivista no es un solipsismo banal que declara que el pensamiento positivo al nivel del ego traerá un cambio completo e instantáneo. Por el contrario, advierte que somos observadores y participantes en el proceso creativo de la vida misma, y por lo tanto es posible sintonizar nuestra conciencia y alinearla y transformarla de acuerdo con las realidades que se presentan.

Aquí radica el foco del trance generativo. Operamos en las áreas donde precisamos nuevas realidades. Puesto que la realidad se construye con los filtros de conciencia, podemos crear nuevas realidades más satisfactorias al ajustar estos filtros. Exploraremos, más adelante, algunas de las maneras de realizar la labor del trance generativo, tales como identificar las clases de mentes: somática, cognitiva y el campo, y luego conducirlos a un nivel generativo donde las propiedades emergentes de la transformación creativa puedan surgir. Algunas de las propiedades generativas de la conciencia son, presencia plena, flujo de la información y la energía dentro de los estados y niveles, conciencia sutil y la aceptación creativa. Fundamentalmente, este nivel generativo nos permite dejar de experimentarnos como víctimas de una realidad fija exterior, y convertirnos en participantes creativos de este gran viaje del desarrollo de la conciencia y la autorrealización. En verdad, aquí encontramos la sanación y el conocimiento que nos transforma.

Dr. Stephen Gilligan

Traducción: Guillermo Irgang – Director en Hikari Generativa y creador de INGLES INTUITIVO ®

STEPHEN GILLIGAN

Stephen Gilligan (1954) psicólogo, PNLlista, Hipnoterapeuta, escritor. Stephen estuvo entre el grupo original de estudiantes que se reunían con los fundadores de la PNL durante su formación en la Universidad de California en Santa Cruz, de 1974 a 1977. Milton Erickson y Gregory Bateson fueron también maestros de Stephen. Después de recibir su doctorado en psicología en la Universidad de Stanford, Stephen se convirtió en uno de los principales profesores y practicantes de la hipnoterapia Ericksoniana.

Autor de *Therapeutic trances: The cooperation principle in Ericksonian psychotherapy; The legacy of Erickson; Principles and practices of self-relations psychotherapy* ,y *Walking in two worlds: The relational self in theory, practice, and community*. En español *La valentía de amar*

Co autor junto a Robert Dilts de *El Viaje del Héroe, un camino de Autodescubrimiento*

Creador de la HIPNOSIS DE TERCERA GENERACION o TRANCE GENERATIVO

LOS GRADOS DE REALIDAD

12

Del libro LA MENTE HOLOGRÁFICA De Daniel Cuperman y Fernando Cuperman

Para explicar el concepto de los grados de realidad, podemos comenzar por preguntarnos “¿qué tan ‘real’ es la ‘realidad’?”

El modelo de la Mente Holográfica indaga sobre esta inquietud ya planteada por Paul Watzlawick como título de su libro sobre la pragmática de la comunicación humana, en el que desarrolla la idea de “hasta qué punto es real lo que ingenuamente y sin el menor reparo podemos llamar la realidad” y demuestra que aquello a lo que llamamos realidad no es una verdad objetiva, sino una construcción ilusoria que cada individuo hace a partir de sus modelos mentales.

Cada persona tiene su propia versión de la realidad a partir de la manera en que percibe e interpreta sus pensamientos y sus experiencias.

Para demostrarlo, le pedimos que haga un ejercicio:

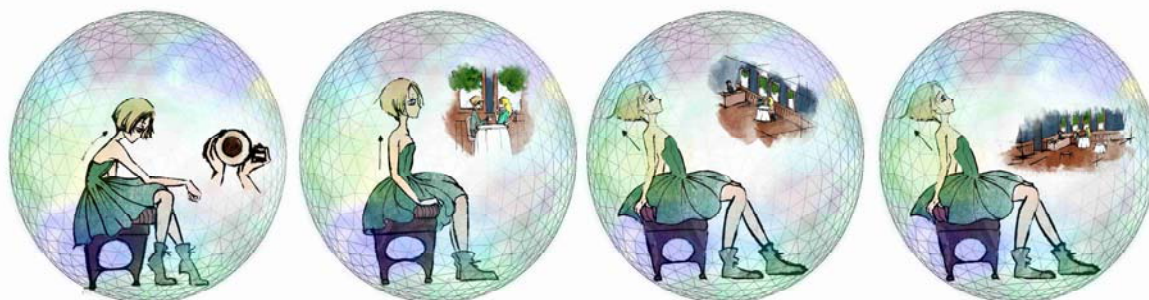
- Tómese un momento y recuerde un episodio agradable de su infancia...
- Si recordó una escena, ¿Cómo era esa imagen? ¿Vio lo que estaba ocurriendo como si sus propios ojos fuesen una cámara? ¿O se vio a usted mismo de cuerpo entero, haciendo algo allá afuera, como si fuera en una foto o en una película? ¿Tuvo sensaciones, emociones?



Supongamos que haya recordado unas vacaciones en la playa. Puede haber visto sus pies hundiéndose lentamente en la arena húmeda mientras se retira la ola, sintiendo el sol y el viento en la cara, recordando el sabor salado del agua en su boca, escuchando el sonido del mar y las voces de las personas que estaban con usted en ese momento, percibiendo el movimiento de sus piernas cuando corría hacia el mar y la temperatura del agua al zambullirse. O bien, puede haber visto la escena como una foto del lugar o una película en la cual se vio a usted mismo frente al mar, con el cabello desordenado por el viento, corriendo hacia el mar y zambulléndose en la ola o jugando a la pelota con amigos.

Si vio la escena desde sus propios ojos, seguramente habrá experimentado las emociones, sentimientos, sonidos, olores y sabores con la misma fuerza que si lo estuviera viviendo en este momento. Si, en cambio, la vio como si fuera una película, es probable que su registro de las emociones y sensaciones haya sido menos intenso. Es decir que, de acuerdo al punto de vista, una misma situación puede experimentarse con distintos “grados de realidad”.

Las acciones básicas de nuestra mente para representar escenas recordadas o creaciones a futuro pueden describirse de dos maneras: asociado, como un actor dentro de la escena; o disociado, viéndola desde afuera como un espectador.



LOS GRADOS DE REALIDAD

Del libro LA MENTE HOLOGRÁFICA

De Daniel Cuperman y Fernando Cuperman

Lo que indica si una persona está asociada o disociada es la manera en que se ve en la imagen. Cuando no se ve a sí misma en la escena, y contempla la experiencia desde sus propios ojos, sabemos que está asociada. En cambio, si percibe la escena como una foto o una película en la que se ve a sí mismo, sabemos que está disociada.

Las formas de representación holográfica y los grados de realidad

Dependiendo del estado de asociación y la distancia de la persona con respecto de la escena, podemos describir tres formas básicas de representación holográfica:

Realidad Virtual: Asociados a lo que recordamos o pensamos, estamos dentro de la escena y todo se desarrolla alrededor nuestro.

Maqueta: Disociados, creamos una escena cerca nuestro, al alcance de la mano, y la percibimos como una representación a escala del lugar donde vemos a los personajes actuando como piezas.

Película o Foto: Disociados, vemos la escena afuera, en una pantalla ubicada a tres o cuatro metros de distancia.



La postura corporal y los estados de asociación: el Joystick

Tiempo atrás, cuando en nuestras clases de PNL para la consigna de las ejercitaciones pedíamos que las personas pensarán en una experiencia en forma asociada o disociada, nos encontrábamos con algunas personas que decían que no podían conseguirlo, que no se representaban nada, en tanto que otras lo lograban con mucha facilidad.

Observando los gestos y la postura corporal de las personas, descubrimos un patrón bastante consistente: la gente inclina levemente la cabeza y el cuerpo y, según sea el grado de inclinación con respecto al eje corporal, la mente le va indicando qué tipo de imagen representarse, si asociada o disociada. Sobre este patrón diseñamos la idea de que el cuerpo es como un Joystick que se mueve sobre un eje para entrar y salir de la representación holográfica

Cuando una persona se inclina hacia adelante del eje del Joystick, se asocia y “se mete” en la escena.

Cuando una persona está inclinada hacia atrás con respecto al eje del Joystick, con la cabeza, el torso o ambos saliendo de la escena, se disocia, tomando distancia de la imagen.

Es decir que, para asociarse, las personas inclinan el cuerpo hacia delante, y para disociarse lo reclinan hacia atrás. Con sólo observar la postura corporal podemos darnos cuenta si una persona está asociada, viviendo la experiencia desde adentro de la escena, o disociada, viéndola desde afuera.

Los gestos también nos dan la pauta de si una persona se encuentra dentro de la escena o fuera de ella. Por ejemplo, si una persona está disociada y habla de las ventajas y desventajas del auto que se compró, moverá las manos en una dirección u otra del espacio, pero si cuenta lo que sintió al conducirlo, estará realizando gestos con un volante imaginario, viviendo virtualmente esa experiencia.

DESDE EL REINO METAFORICO ...

LA BÚSQUEDA DE UN MAESTRO

Por Paulo Coelho

14

Algunos discípulos pasan la vida preguntándome dónde está la verdad -dijo un maestro-. Así que un día decidí señalar en una dirección cualquiera, intentando demostrar que lo importante es recorrer un camino, y no quedarse pensando en él.

Pero en lugar de mirar en la dirección que le señalaba, el hombre que me había hecho la pregunta comenzó a examinarme el dedo, tratando de descubrir dónde estaba escondida la verdad. Cuando la gente busca un maestro, debería estar buscando experiencias que puedan ayudarle a evitar ciertos obstáculos. Desgraciadamente, la realidad es otra: recurren a la ley del mínimo esfuerzo, intentando encontrar respuestas para todo. El que desea aprovecharse del esfuerzo del maestro para así no gastar sus energías nunca llegará a ninguna parte, y acabará por sentirse decepcionado.

Quien estudie un poco la historia de Buda, se dará cuenta de que, después de alcanzar la iluminación, se dedicó a hacer que sus discípulos desarrollasen las cualidades necesarias para llegar a la tan anhelada paz de espíritu.



Quien lea los evangelios, reparará en que casi todas las enseñanzas de Jesús tienen lugar en dos circunstancias: bien cuando viajaba, bien alrededor de una mesa.

Nada de templos. Nada de lugares escogidos. Nada de prácticas sofisticadas y difíciles: los apóstoles prestaban atención a lo que decía cuando andaba y cuando comía, cosas que hacemos todos los días de nuestras vidas. Precisamente porque las hacemos todos los días, no damos ningún valor a las enseñanzas que están escondidas en nuestros quehaceres diarios. Pensamos que las cosas sagradas son accesibles sólo para los gigantes de la fe y la voluntad, y pensamos que aquello que hacen las personas es demasiado pobre para ser aceptado con alegría por Dios.

En busca de nuestros sueños e ideales, muchas veces colocamos en lugares inaccesibles todo lo que está al alcance de la mano. Cuando descubrimos el error, en lugar de alegrarnos por haber comprendido nuestros fallos, nos dejamos llevar por la culpa de haber dado pasos errados, de haber malgastado nuestras fuerzas en una búsqueda inútil, de haber disgustado a quien deseaba nuestra felicidad. Y es entonces cuando corremos el peligro de acercarnos a los 'maestros' o 'gurús' que nos ayudarán a recuperar el tiempo perdido.

Pero no es así: aunque el tesoro esté enterrado en tu casa, sólo lo descubrirás cuando te hayas alejado.

Si Pedro no hubiese experimentado el dolor de la negación, no hubiera sido escogido jefe de la Iglesia.

Si el hijo pródigo no hubiese abandonado todo, jamás habría sido recibido con júbilo por su padre.

Si Buda no hubiese decidido vivir una vida de sacrificio durante muchos años, jamás hubiera entendido el placer de la alegría.

Algunas cosas en nuestras vidas tienen un sello que dice: «Sólo comprenderás mi valor cuando me pierdas y me recuperes». De nada sirve querer acortar este camino.

Existe un viejo dictado mágico que dice: *cuando el discípulo está listo, aparece el maestro.*

Pensando en esto, muchas personas se pasan la vida entera preparándose para este encuentro.

Cuando se cruzan con el maestro, se entregan por completo, días, meses o años. Pero terminan descubriendo que el maestro no es el ser perfecto que habían imaginado, sino una persona igual a las demás, cuya única función es compartir aquello que ha aprendido.

Al verse frente a una persona normal, el discípulo se siente herido. Siente desesperación y el deseo de abandonar la búsqueda, cuando, en realidad, es así como debe ser, es esto lo que nos hace libres para labrarnos nuestro propio camino.

EL MEJOR MAESTRO SE SIENTA EN TU SILLA
Proverbio Sufi