

## **El viaje de transformación** Raymond L. Fox

*Algo para reflexionar, comentar, y hasta practicar en su viaje*



### **El regalo de ser conocido**

¿Alguna vez ha estado con un grupo de personas y aun así se ha sentido solo? Podemos estar con un grupo de amigos cuya amistad hemos tenido por muchos años y aun así sentirnos aislados. Para algunos de nosotros, la soledad se vuelve un estilo de vida aunque nos rodeemos constantemente de compañeros en la escuela o el trabajo. Nuestro Padre debió crear a nuestros espíritus con la capacidad de distinguir entre el sentimiento de estar físicamente presentes en nuestras relaciones y estar emocionalmente presente el uno para el otro. Estar emocionalmente presentes significa estar conscientes y sensibles a la vida emocional interna de otro ser humano para poder darles el regalo de ser conocido: la confianza de revelar quienes son por dentro con todos sus miedos, dudas personales y sufrimiento. Este regalo es precioso no solo por el alivio que ofrece sino también por su rareza.

Nuestros espíritus desean escapar del aislamiento y ser conocidos, sin embargo podemos temer ser conocidos, no solo por otros, sino por nosotros mismos. No importa cuán fuertes y exitosos creemos que somos, debemos admitir en un nivel más profundo de consciencia que somos débiles y que no tenemos poder en un mundo que está más allá de nuestro control. Nuestros errores nos traen sentimientos de vergüenza por no ser quienes creemos que deberíamos ser. También escuchamos las críticas de las personas que disfrutan decirnos que no somos suficientes y tememos que tengan razón. Estos pensamientos son inquietantes y pueden resultar aterradores.

Para escondernos de nosotros mismos, creamos historias que explican quienes somos—es decir, quienes nos gustaría pensar que somos—y que justifican nuestras acciones y nos hacen sentir superiores a otros. Nos contamos estas historias para quitar la culpa y convencernos de que somos justos. También nos contamos historias sobre otras personas, criticando, suponiendo motivos, juzgando y condenándolas para ayudar a

escondernos a nosotros mismos. Nuestras historias nos ciegan e impiden que nos veamos a nosotros y a otros como realmente son. Así, con las historias, creamos nuestro propio aislamiento, negándole la posibilidad a otros de conocer cómo somos por dentro. No deberíamos sorprendernos cuando estemos entre un grupo de amigos y nos sintamos aislados.

El alivio de nuestro aislamiento llega, puede ser gradual o en una crisis inesperada, al soltar nuestras historias. El hijo más joven en la parábola de Jesús sobre el hombre que tenía dos hijos (Lucas 15:11-32) atravesó esa crisis. Cuando dejó su hogar, debió estar lleno de historias que se contaba, explicando porque creía que merecía la herencia antes de que su padre muriera, por que se iba a un país lejano a gastar dicha herencia, y por que no era culpable de cualquier sufrimiento que le causara a su padre. Estas historias aislaron su ser interno, impidiendo que fuera conocido, incluso por él mismo.

Después sus experiencias trágicas en el país lejano, (gastar todo su dinero, sentir hambre intensa y no tener amigos confiables) lo forzaron a “volver en sí” y descubrió que sus historias lo habían engañado. Decidió humillarse, aceptar su condición de estar perdido, y regresar con su padre. Debió estar abrumado con emoción cuando vio a su padre compasivo correr hacia él con los brazos abiertos para recibirlo. Debido a la compasión del padre, el joven se sintió con confianza para revelar su ser interno—“Ya no merezco que se me llame tu hijo”—y encontrar aceptación y alivio. El padre le dio el regalo de ser conocido.

Quizás hemos intentado ser conocidos por otro ser humano en quien hemos confiado, y después esa persona nos juzgó por tener las debilidades o miedos que expresamos. Dicha experiencia es dolorosa y nos convence de seguir aislándonos, aferrándonos a nuestras historias. Pero el aislamiento nos estanca y provoca la muerte emocional. En cambio, nuestro Padre, representado por el padre en la parábola, está lleno de gracia y aceptación. Nos da el regalo de ser conocidos y luego reemplaza las historias viejas con una historia nueva que nos cambia de adentro hacia afuera, restaurándonos con gracia para que seamos los hijos que reflejan su paciencia, compasión, y perdón.

Una vez que aceptamos el regalo del Padre de ser conocidos, descubrimos como podemos darle el mismo regalo a otros. Libre de nuestras historias, podemos escuchar con compasión y paciencia cuando otra persona nos revela su vida interna y podemos ofrecerles la sanación que viene del Padre. Las relaciones más valiosas que podemos tener con otros humanos son las relaciones en las que nos sentimos seguros de ser conocidos de la misma manera en que el Padre nos ha conocido. Ser conocido es el comienzo de nuestra transformación.

### **Sobre el autor**

Raymond L. Fox cuenta con una trayectoria de cuarenta y cinco años enseñando sobre la transformación a la imagen de Jesús en los Estados Unidos y en el extranjero. Es consejero de adolescentes en los centros de detención para menores y cuenta con títulos en filosofía y en educación.

*Traducción por Alejandra Castro.*



Connectar: [Raymondleefox222@gmail.com](mailto:Raymondleefox222@gmail.com)