

## THE DARK SIDE OF THE LIGHT CHASERS

In love an awakening, John Welwood uses the analogy of a castle to illustrate the world within us. Imagine being a magnificent castle with long hallways and thousands of rooms. Every room in the castle is perfect and possesses a special gift. Each room represents a different aspect of you and is an integral part of the entire perfect castle. As a child, you explored every inch of your castle without shame or judgment. Fearlessly you searched every room for its jewels and its mystery. Lovingly you embraced every room whether it was a closet, a bedroom, bathroom, or a cellar. Each and every room was unique. Your castle was full of light, love, and wonder. Then one day, someone came to your castle and told you that one of your rooms was imperfect, that surely it didn't belong in your castle. They suggested that if you wanted to have a perfect castle you should close and lock the door to this room. Since you wanted love and acceptance, you quickly closed off that room. As time went by, more and more people came to your castle. They all gave you their opinions of the rooms, which ones they liked and which ones they didn't. And slowly you shut one door after another. Your marvelous rooms were being closed off, taken out of the light, and put into the dark. A cycle had begun. From that time on, you closed more and more doors for all kinds of reasons. You closed doors because you were afraid, or you thought the rooms were too bold. You closed doors to rooms that were too conservative. You closed doors because other castles you saw did not have a room like yours. You closed doors because your religious leaders told you to stay away from certain rooms. You closed any door that did not fit into society's standards or your own ideal.

The days were gone when your castle seemed endless and your future seemed exciting and bright. You no longer cared for every room with the same love and admiration. Rooms you were once proud of, you now willed to disappear. You tried to figure out ways to get rid of these rooms, but they were part of the structure of your castle. Now that you had shut the door to whatever room you didn't like, time went by until one day you just forgot the room altogether. At first, you didn't realize what you were doing. It just became a habit. With everyone giving you different me sages about what a magnificent castle should look like, it became much easier to listen to them than to trust your inner voice: the one that loved your

entire castle. Shutting off those rooms actually started to make you feel safe. Soon you found yourself living in just a few small rooms. You had learned how to shut off life and became comfortable doing it. Many of us also locked away many rooms that we forgot we were ever a castle. We began to believe we were just a small, two-bedroom house in need of repaint.

Now imagine your castle as the place where you house all who you are, the good and bad, and that every aspect that existed on the planet exists within you. One of your rooms is love, one courage, one is elegance, and another is grace. There are endless numbers of rooms. Creativity, femininity, honesty, integrity, healthy, conscientiousness, sexiness, power, timidity, hatred, greed, frigidness, laziness, arrogance, sickness, and evil are rooms in your castle. Each room is an essential part of the structure and each room has an opposite somewhere in your castle. Fortunately, we are never satisfied being less than what we are capable of being. Our discontent with ourselves motivates us in our search for all the lost rooms of our castle. We can only find the key to our uniqueness by opening all the rooms in our castle.

The castle is a metaphor to help you grasp the enormity of who you are. We each possess this sacred place inside ourselves. It is easily accessed if we are ready and willing to see the totality of who we are. Most of us are scared of what we will find behind the doors of these rooms. So instead of setting out on an adventure to find our hidden selves, full of excitement and wonder, we keep pretending the rooms don't exist. The cycle continues. But if you truly desire to change the direction of your life you must go into your castle and slowly open each and every door. You must explore your internal universe and take back all that you've disowned. Only in the presence of your entire self can you appreciate your magnificence and enjoy the totality and uniqueness of your life.

## EL LADO OSCURO DE LOS CAZADORES DE LUZ

En el despertar de un amor, John Welwood usa la analogía de un castillo para ilustrar el mundo dentro de nosotros. Imagine que es un magnífico castillo con largos pasillos y miles de habitaciones. Todas las habitaciones del castillo son perfectas y poseen un don especial. Cada habitación representa un aspecto diferente de usted y es una parte integral de todo el castillo perfecto. Como un niño, usted exploró cada centímetro de su castillo sin vergüenza ni juicio. Sin temor usted busco en cada habitación por sus joyas y su misterio. Cariñosamente abrazaste cada habitación si era un armario, un dormitorio, cuarto de baño, o un sótano. Todas y cada una de las habitaciones eran únicas. Su castillo estaba lleno de luz, amor y admiración. Entonces, un día, alguien vino a su castillo y le dijo que una de sus habitaciones era imperfecta, que seguramente no tenía pertenecía a su castillo. Sugirieron que si quería tener un castillo perfecto debía de cerrar y bloquear la puerta a esta sala. Y como usted quería amor y aceptación, rápidamente bloqueo esa habitación. Conforme pasaba el tiempo, más y más personas llegaron a su castillo. Todos ellos le dieron sus opiniones de las habitaciones, cuales les gustaban y cuáles no les gustaban. Y poco a poco cerraste una puerta tras otra. Sus maravillosas habitaciones estaban siendo cerradas, fuera de la luz, y se ponen en la oscuridad. Un ciclo había comenzado. A partir de entonces, cerró más y más puertas por todo tipo de razones. Usted cerro todas estas puertas porque tenía miedo, o usted pensó que las habitaciones eran demasiado audaz. Ha cerrado las puertas a las habitaciones que estaban demasiado conservativas. Usted cerro puertas debido a que otros castillos que viste no tenían una habitación como la suya. Ha cerrado las puertas porque sus líderes religiosos le dijeron que se mantenga alejado de ciertas habitaciones. Ha cerrado las puertas que no encajan en las normas de la sociedad o de su propio ideal.

Los días cuando su castillo parecía interminable y su futuro parecía emocionante y brillante se han ido. Usted ya no cuidaba de cada habitación con el mismo amor y admiración. Las habitaciones que fueron una vez su orgullo, ahora las desaparecio. Ha intentado averiguar la manera de deshacerse de estas habitaciones, pero eran parte de la estructura de su castillo. Ahora que ya había cerrado la puerta a cualquier habitación no le gustó, pasó el tiempo hasta que un día simplemente te olvidaste de la habitación por completo. En un primer momento, no se dio cuenta

lo que estaba haciendo. Simplemente se convirtió en un hábito. Con todo el mundo que le da diferentes sabios conmigo sobre lo que un magnífico castillo debe ser similar, se hizo mucho más fácil escuchar a ellos que confiar en su voz interior: la que ama todo su castillo. Cerrar esas habitaciones lo empecé a hacerme sentir seguro. Pronto se encontró a sí mismo viviendo en tan sólo unas pocas habitaciones pequeñas. Usted aprendió a apagar la vida y se convirtió en algo cómodo cuando lo hacía. Muchos de nosotros también cerramos muchas habitaciones, al punto que nos olvidamos que en algún momento fuimos un castillo. Empezamos a creer que éramos sólo una pequeña casa de dos dormitorios en la necesidad de repintar.

Ahora imagine que su castillo es como su casa el lugar donde guarda todo lo que es, lo bueno y lo malo, y que cada aspecto que existe en el planeta está dentro de ti. Una de sus habitaciones es el amor, una es valentía, una es la elegancia, y la otra es la gracia. Hay un sin fin de habitaciones. La creatividad, la feminidad, la honestidad, la integridad, la salud, la conserverancia, la sensualidad, el poder, la timidez, el odio, la codicia, la frigidez, la pereza, la arrogancia, la enfermedad y el mal son habitaciones de su castillo. Cada habitación es una parte esencial de la estructura y cada habitación tiene algún lugar opuesto en su castillo. Afortunadamente, somos nuevos seres humanos satisfechos de ser menos de lo que somos capaces de ser. Nuestro descontento con nosotros mismos nos motiva en nuestra búsqueda de todas las habitaciones perdidas de nuestro castillo. Sólo podemos encontrar la clave de nuestra singularidad al abrir todas las habitaciones en nuestro castillo.

El castillo es una metáfora para ayudarle a comprender la enormidad de lo que es. Cada uno de nosotros poseemos este lugar sagrado dentro de nosotros mismos. Es de fácil acceso si estamos listos y dispuestos a ver la totalidad de lo que somos. La mayoría de nosotros tenemos miedo de lo que encontraremos detrás de las puertas de estas habitaciones. Así que en lugar de partir en una aventura para encontrar nuestro yo oculto, lleno de emoción y asombro, seguimos pretendiendo que las habitaciones no existen. El ciclo continúa. Pero si usted realmente desea cambiar la dirección de su vida tiene que ir a su castillo y poco a poco abrir cada puerta. Usted debe explorar su universo interno y recuperar todo lo que ha rechazado. Sólo en presencia de

todo su ser se puede apreciar su magnificencia y disfrutar de la totalidad y la singularidad de su vida.