**Obligaciones, Excusas y Pasar a la Acción  
por Jennifer Hoffman**

[http://enlighteninglife.com](http://enlighteninglife.com/)

10 de Abril 2018

**Traducción: Rosa García**Difusión: El Manantial del Caduceo en la Era del Ahora  
<http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm>  
<https://www.facebook.com/ManantialCaduceo>

¿Hasta qué punto somos responsables del bienestar, de la felicidad y la seguridad de los demás? ¿Tenemos elección cuando nos sentimos obligados a algo? En este artículo, que responde a la pregunta de una de mis lectoras, desarrollo la idea de que podemos elegir  si queremos o no cumplir esas obligaciones, y que a veces, las obligaciones que asumimos pueden convertirse en una excusa para no avanzar en nuestras propias vidas.

**Querida Jennifer:** Me ha llevado mucho tiempo, pero por fin estoy aprendiendo a considerar en primer lugar mis propias necesidades. Soy una madre soltera con una hija y en la actualidad vivo con mi madre, que tiene problemas de salud y también problemas mentales, por lo que necesita mucha medicación. Mi madre quiere que me quede con ella, mi hija es el centro de su vida y su única motivación y, aunque quiero marcharme, tengo miedo de que mi madre no me perdone si lo hago, o de que “nos deje”. No sé qué hacer; aunque siento que necesito continuar con mi vida, también necesito cuidar de mi madre y asegurarme de que está bien. ¿Podrías ayudarme?

**Respuesta de Jennifer:** Seguramente ya imaginas mi respuesta: convendría observar más de cerca el difícil karma y las heridas del alma existentes entre tú y tu madre. Probablemente haya entre las dos culpa, vergüenza, dependencia, sensación de abandono, manipulación y, posiblemente, algunas cuestiones más. Siempre que nos sentimos responsables del bienestar físico o mental de alguien, significa que una herida del alma está saliendo a la luz para ser sanada. Tú deseas continuar con tu vida, pero la dependencia de tu madre sirve a dos propósitos: te ayuda confrontarte con esa herida del alma y también te proporciona la excusa adecuada para no afrontar tus miedos y vivir tu propia vida.

En primer lugar, hablemos del karma y de las heridas del alma porque son los aspectos más importantes. En otra vida en que estuvisteis juntas, te fuiste para seguir tus sueños y se creó un problema de abandono. Quizá tu madre, con quien compartías otro tipo de relación, murió o resultó herida, o su vida se vio afectada negativamente por tu marcha. Te sentiste responsable de su muerte y prometiste “cuidar de ella” de alguna manera. Actualmente, ella depende de ti y temes que, si decides irte, algo malo le ocurrirá. Tu miedo (que procede de tu sensación de culpa anterior), junto con sus problemas de salud actuales, te mantienen atrapada en este ciclo kármico.

Ahora veamos más de cerca tus miedos, porque también son importantes. A pesar de que  quieres continuar con tu propia vida y seguir tus sueños, también te sientes poco segura de ti misma. De manera que los miedos de tu madre y su condición física te permiten no tener que seguir tu camino. Sí, te sientes incómoda, pero no tanto como para marcharte. Juntas, tu madre y tu alimentáis recíprocamente vuestros miedos, manteniendo así vuestro ciclo kármico.

¿Existe alguna solución? Sí, y comienza por comprender de qué te estás haciendo responsable. Tu madre, su felicidad y cómo elige vivir su vida, no son responsabilidad tuya. Tienes que liberarte de la necesidad de hacerla feliz o de sentirte responsable por su vida y sus elecciones. Asimismo, tengo la sensación de que tu madre tiene problemas con su dieta y sus hábitos alimenticios, y de que no está cuidando su salud de forma apropiada, lo que agrava el problema. Si empiezas a dar pequeños pasos, a hacer tus propios planes, si le sugieres que tome alimentos más sanos y que cuide mejor su salud, verás un cambio de energía entre vosotras. Y, a medida que empieces a dar pasos hacia tus propios sueños y hacia tu libertad, poco a poco, comenzarás a sanar tu parte en este ciclo kármico; te sentirás más segura de tu capacidad para vivir tu propia vida con éxito y poder. A medida que  recuperes tu poder, permitirás que tu madre también pueda recuperar el suyo. Es necesario que des este paso, porque ahora mismo ambas estáis dando vueltas en círculo alrededor de la otra y ninguna de las dos es feliz.

Sé que es un tema difícil, pero te sientes así porque hay obligaciones y contratos kármicos entre las dos relacionados con la idea de que debes sacrificar tu vida por ella. ¿De verdad es lo que quieres? Tengo la sensación de que deseas continuar tu camino, y creo que ella te lo está impidiendo. Por una parte, te lo impide, y por otra, tú se lo permites porque sientes culpa.

Los contratos entre almas son complicados, ya que empiezan con una situación que generó una sensación de culpa y después esa culpa acaba acaparándolo todo. Averigua en qué te sientes culpable por la situación de tu madre y desde cuando te sientes así. Cuando te perdones y te liberes de la culpa y la vergüenza remanentes por haber hecho algo en el pasado que la hirió (y todo ocurrió en el pasado), podrás dejar de sentirte obligada estar con ella. No es que sea “necesario” hacerlo: se trata de despejar la energía y de crear espacio en tu realidad para que puedas vivir tu propia vida, no de vivirla sintiéndote obligada hacia tu madre y anteponiendo siempre sus necesidades a las tuyas.

No estarás hiriendo nadie, porque te liberarás a ti misma y también liberarás a tu madre de vuestro compromiso. Hasta que no lo hagas, seguirás limitando tu vida y repitiendo este ciclo kármico con tu madre y con todas las personas con quienes mantengas una relación. Porque es una energía que tienes que sanar dentro de ti, de manera que atraerás a personas que puedan ayudarte a hacerlo. En lugar de preguntar si los demás son felices con tus elecciones y esperar a que respondan afirmativamente para pasar a la acción, pregúntate a ti misma si eres feliz con esa elección, y emprende una acción que esté alineada con tus intenciones.

Jennifer Hoffmann

=======================================

Derechos de autor reservados © 2017 por Jennifer Hoffman. Pueden citar, traducir, reimprimir o referirse a este mensaje si mencionan el nombre de la autora e incluyen un vínculo de trabajo a: [http://enlighteninglife.com](http://enlighteninglife.com/)

Las traducciones del material de Jennifer Hoffman pueden ser descargados en archivo Word desde el sitio creado para ella **en** [**http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm**](http://www.manantialcaduceo.com.ar/libros.htm)[**https://www.facebook.com/ManantialCaduceo**](https://www.facebook.com/ManantialCaduceo)

**Para recibir los mensajes en tu bandeja de correo suscríbete en** [**http://www.egrupos.net/grupo/laeradelahora/alta**](http://www.egrupos.net/grupo/laeradelahora/alta)

**El Manantial del Caduceo en la Era del Ahora**

*El Manantial del Caduceo agradece a las personas que comparten y distribuyen estos mensajes tal cual se publican, con todos los créditos correspondientes, pues así reflejan su propia transparencia al difundir la luz. Lamentablemente, otras personas no actúan de esa manera y modifican o eliminan los créditos, impidiendo así que sus propios lectores tengan acceso a los sitios donde podrían encontrar mayor información. Vale la pena recordar que todos los sitios individuales que hospeda El Manantial del Caduceo han sido autorizados por los respectivos canalizadores/autores y contienen todo el material con sus traducciones autorizadas.*

*Estamos en una nueva energía, creando un mundo nuevo. Seamos conscientes de nuestras elecciones. ¿Queremos seguir creando competencias y desazón? ¿O preferimos la colaboración e integridad? Por favor, honremos la labor de cada persona que hace su parte para que nos lleguen estos mensajes, respetando la totalidad de los créditos. Gracias.*

-----------------------