

ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



LECCIÓN 249

El perdón pone fin a todo sufrimiento y a toda sensación de pérdida.

Comentario de Sarah:

Cuando leo esta lección pienso en Jesús y en cómo los que presenciaron la crucifixión experimentaron un gran sufrimiento y pérdida. Sin embargo, Jesús no lo vio así. Lo vio como una oportunidad para enseñar el perdón, así como para demostrar que él sabía que no era un cuerpo de la misma manera que enseña que nosotros no somos cuerpos. **"Dije anteriormente que el mensaje de la crucifixión fue: "Enseña solamente amor, pues eso es lo que eres" (T.6.III.2.4) (ACIM OE T.6.II.18)** A través de su demostración, nos ofreció un símbolo de un mundo donde el sufrimiento se acaba y **"es imposible perder"**. (L.249.1.1) También nos mostró que **"la ira no tiene sentido."** (L.249.1.1) Cuando fue atacado, no mostró más que amor a cambio, por lo que nos pide que le tomemos como modelo de aprendizaje. Y la razón por la que esto fue posible para él, según lo que enseñó, es que podía ver el mundo desde fuera de este sueño, sabiendo que su realidad no era la de una figura en el sueño, sino un ser eterno de luz y amor. La crucifixión fue un ejemplo extremo para el mundo y, sin embargo, dice: **"No se te pide ser crucificado, lo cual fue parte de lo que yo aporté como maestro. Se te pide únicamente que sigas mi ejemplo cuando te asalten tentaciones mucho menos extremas de percibir falsamente, y que no las aceptes como falsas justificaciones para desatar tu ira."** (T.6.I.6.6) (ACIM OE T.6.II.9)

El mundo en el que parecemos vivir es uno en el que vemos sufrimiento y pérdida a nuestro alrededor y en nuestras propias vidas. Tenemos la creencia de que la ira y el ataque son una forma de conseguir lo que creemos que queremos. Es un mundo definido por ganadores y perdedores. El ataque y la defensa definen nuestras relaciones en las que intentamos ganar a costa de los demás. Como reconocemos que los demás quieren lo mismo que nosotros y están comprometidos con la misma estrategia, ahora nos vemos atacados, por lo que ponemos todo tipo de defensas. Es un mundo de dolor, en el que abunda el sufrimiento, pero sólo podemos vivirlo así cuando nos vemos como figuras de este sueño.

El perdón nos ofrece el medio de salir de la ilusión para superar este campo de batalla y observar la irrealidad del drama de este mundo. Lo que vemos en el mundo no es más que una proyección de los pensamientos de ataque en nuestra propia mente. El origen de estos pensamientos de ataque vino con nuestro ataque a Dios, lo que resultó en haber ganado nuestros seres separados. Al ganar a expensas de Dios, ahora percibimos que el ataque puede conseguirnos lo que queremos, y por eso pensamos que nos beneficia. Nuestros pensamientos de ataque se proyectan ahora en el mundo. Nos parece que las ideas han abandonado su fuente en nuestra propia mente. Ahora, en lugar de ver el ataque originado en nuestra propia mente, lo vemos en el mundo como resultado de nuestras proyecciones. Preferimos verlo así para no tener que responsabilizarnos de que el ataque provenga de nuestra propia mente y poder, en cambio, reclamar el estatus de víctima y vernos como injustamente tratados por el

mundo. El perdón nos muestra que cuando tomamos conciencia de nuestros pensamientos de ataque y estamos dispuestos a ser totalmente responsables de ellos, son transformados por el Espíritu Santo.

Los pensamientos de ataque que abrigamos en la mente son la causa del sufrimiento y la pérdida, pero el ego nos dice que ataquemos para conseguir lo que queremos y que nos defendamos como forma de aliviar nuestro sufrimiento. Lo único que hace es mantener el sufrimiento. Jesús nos dice que todo nuestro sufrimiento es falta de perdón, aunque lo atribuyamos a otra cosa.

Cuando abrigamos resentimientos, es porque queremos que algo en el mundo sea diferente de lo que es. Cuando se rompen nuestras reglas de cómo debe ser la vida, surgen los resentimientos y con ellos los pensamientos de ataque. Para liberarnos de este ciclo de ataque y defensa, necesitamos llevar cada resentimiento, cada pensamiento de ataque, cada juicio, todo conflicto y toda culpa al Espíritu Santo. Es importante que retiremos nuestras proyecciones para poder conocer nuestro verdadero poder.

Nuestro odio nos asusta así que lo negamos y racionalizamos, pero Jesús habla de la importancia de no negar nuestros pensamientos de odio porque cuando lo hacemos, no podemos llevarlos al Espíritu Santo para que los libere. Tampoco debemos sentirnos culpables por ellos. Más bien, debemos estar agradecidos de que aparezcan. Cuando los miremos desapasionadamente, veremos que son pensamientos sin sentido que no nos definen. Tenemos que hacer el trabajo del perdón, o seguiremos sufriendo y el sufrimiento obstaculiza la dicha y la paz en la mente. Sí, experimentaremos dolor mientras pasamos por el proceso de descubrir la oscuridad en la mente inconsciente. Sin embargo, Jesús nos dice que ese dolor es innecesario y que generalmente forma parte de esta experiencia. Sin embargo, cuando pasamos por ella con su presencia a nuestro lado, tenemos el valor de mirar nuestro dolor.

Anoche soñé que decía algo falso para engrandecerme. La mentira estaba a punto de ser revelada y yo sufría inmensamente, preguntándome cómo podía conseguir mantener esta mentira en secreto cuando estaba a punto de ser expuesta. Al despertar, me di cuenta, con alivio, de que todo era un sueño. Pensé en lo interesante que era haber creado mi propio sufrimiento simplemente con mis pensamientos sin sentido. ¿No es esto lo que hacemos todo el tiempo? Puede que no nos parezca que el perdón es la respuesta para todo sufrimiento, pero tenemos que reconocer que el perdón basado en el curso es diferente de lo que pensamos que es el perdón en el mundo porque no estamos perdonando nada real.

Jesús nos dice que este mundo es un sueño. Todo es una ilusión. No ha ocurrido nada real. Por lo tanto, nuestros ataques no tienen efectos reales. Al igual que en mi sueño nocturno, cuando nos despertamos, vemos que hemos soñado toda la experiencia. En este mundo también, sólo somos figuras de sueño, soñando nuestra experiencia aquí. Esto sólo puede verse cuando se liberan todos nuestros pensamientos de ataque que se proyectan sobre el mundo. En este contexto, podemos ver que la ira realmente no tiene justificación. Enfadarse no es malo, pero tenemos que ver que no hay ninguna razón para el enfado.

Si me enfado contigo por lo que has hecho en mi sueño nocturno, tendrías que pensar que esto no es más que una locura, ya que no ha pasado nada. De la misma manera, aprendemos a ver que lo que parecía ser hecho en este sueño mundano como un ataque contra nosotros no justifica nuestra ira. Sí, es posible que hayan dicho algo o hecho algo con la intención de herirme, pero ¿qué tiene eso realmente que ver conmigo? No tengo que verlo como un ataque. No tengo que tomarlo como algo personal. Puedo verlo como tu llamada a la comprensión y al amor. El hecho es que has expresado tu

enfado conmigo, pero es un hecho neutral. Sólo mi interpretación de tu expresión puede alterarme. Si me siento herido o enfadado y quiero tomar represalias, es una oportunidad para ver mi propia proyección de los pensamientos de ataque en mi propia mente.

Cuando no perdonamos, nos atemorizamos a nosotros mismos. Nuestra mente está ahora en las garras de la amargura, que realmente es una auto-tortura. Es por eso que se nos motiva a pedir ayuda para traer paz a nuestras mentes. Cuando renunciamos a las historias que mantienen nuestra mente en la amargura, entonces el sufrimiento es reemplazado por la alegría, la pérdida por la abundancia, el ataque por la caridad, y la carencia por la generosidad infinita. Así, con el perdón, liberamos los sentimientos de ira y de dolor. Soltamos la sensación de que no somos dignos de amor. Soltamos el pasado. Sólo en el presente podemos crecer, expandirnos y brillar de verdad. Es a través del perdón que realmente nacemos de nuevo porque aquí nos recordamos a nosotros mismos tal y como fuimos creados.

No siempre es simple y fácil para la mente retorcida. Puede que tengamos que profundizar realmente en nuestra experiencia y sentir el dolor, y cuando experimentamos el sufrimiento, entonces invocar el apoyo amoroso del Espíritu Santo se convierte en algo esencial. Ese apoyo está siempre disponible, esperando nuestra voluntad y disposición a abrirnos a él. Con cada liberación, **“El mundo se convierte en un remanso de dicha, abundancia, caridad y generosidad sin fin.”** (W249.1.5) No es que el mundo se convierta realmente en esto, sino que vemos en él un reflejo del Cielo cuando nuestra mente entra en paz. Y así, nos conocemos a nosotros mismos tal como Dios nos creó: perfectos e ilimitados.

El perdón tiene que ver, en última instancia, con lo que más nos conviene. Cuando alguien parece habernos ofendido, pensamos que tenemos que defendernos, pero como dice Byron Katie, la defensa es la primera declaración de guerra. En cambio, Jesús, nuestro hermano mayor y maestro, nos ha demostrado que todo ataque es sólo una petición de perdón porque ellos no saben lo que hacen. No nos insta a hacer algo para complacer a Dios. Sólo nos insta a seguir su consejo por nuestra propia liberación, pero depende totalmente de nosotros. Somos libres de hacer lo que queramos.

Demos la bienvenida a las oportunidades que surjan en nuestro día para encontrar paz, felicidad, abundancia y alegría a través del perdón. Elijamos liberar nuestras mentes de la ira y el ataque al centrarnos en cualquiera que parezca estar causándonos dificultades hoy, y veámoslo como una oportunidad para ver dónde se necesita sanación en nuestras propias mentes. **“Padre, queremos devolverte nuestras mentes. Las hemos traicionado, sumido en la amargura y atemorizado con pensamientos de violencia y muerte. Ahora queremos descansar nuevamente en Ti, tal como Tú nos creaste.”** (L.249.2.1-3) Reza la oración con el deseo de devolver verdaderamente tu mente a la santidad interior. Se trata de liberar nuestra voluntad aprisionada.

Amor y bendiciones, Sarah

huemmert@shaw.ca