

ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



LECCIÓN 53 ~ PRIMER REPASO [Repaso de las lecciones 11-15]

Comentario de Sarah:

Nunca podremos vivir en paz donde el caos gobierne, y el caos es la naturaleza de este mundo. Viene del pensamiento caótico. Es nuestra mente la que ha proyectado todo este mundo caótico de locura. Anular estos pensamientos caóticos con afirmaciones positivas sobre nosotros mismos y el mundo no es la respuesta. Necesitamos reconocer cómo hemos tratado de adaptarnos a este mundo loco y nos hemos condicionado a él, poniendo nuestra fe **"en los símbolos más triviales y absurdos; en píldoras, dinero, ropa "protectora", influencia, prestigio, caer bien, estar "bien" relacionado y en una lista interminable de cosas huecas y sin fundamento a las que dotas de poderes mágicos."** (L.50.1.3)

Hemos dado realidad a las ilusiones. Hemos dado sentido e importancia a lo que no lo tiene. Creemos en la realidad de este mundo y así le damos el poder de molestarnos. Hacemos todo lo posible para vivir en paz en este mundo, pero no puede haber paz real en el caos. En nuestros intentos de supervivencia y felicidad en el mundo, manipulamos y elaboramos estrategias sobre cómo podríamos ejercer mejor cierta apariencia de control sobre eventos, situaciones y personas.

Ahora se nos dice que podemos estar"... **agradecido de que este mundo no sea real.**" (L.53.2.6) Cuando aceptamos que". . . **no podemos vivir en paz en un mundo así";** (L.53.2.5) en lugar de seguir tratando de ajustarnos a él, se nos da una salida. Cuando ya no lo valoramos, podemos escapar de su control sobre nosotros. Es un gran alivio renunciar a nuestros esfuerzos para tratar de depender de lo que no es confiable. Esperar que el mundo sea un lugar de equidad y justicia, y esperar que sea un lugar de seguridad y esperanza siempre terminará en desesperación y desilusión, pero Jesús no nos deja allí.

Cuando retiremos cualquier esperanza de felicidad en el mundo y pongamos nuestra confianza en la realidad, "... **escaparemos de todos los efectos del mundo del miedo.**" (L.53.3.8) Los acontecimientos que parecen hacernos sufrir no tienen realidad. Cuando comprendemos esto, ya no estamos a merced de nada de lo que parece estar sucediendo. El mundo no es la causa de nuestros trastornos. Nuestros trastornos son el efecto de nuestros pensamientos sobre las situaciones en nuestras vidas. El mundo tiene valor como aula, ya que refleja los pensamientos y creencias que tenemos en la mente. Es un testimonio de la elección que hemos hecho entre el ego y el Espíritu Santo.

"El hecho de que vea un mundo en el que hay sufrimiento, en el que se puedan experimentar pérdidas y en el que se pueda morir, me muestra que lo único que estoy viendo es la representación de mis pensamientos dementes, y que no estoy permitiendo que mis pensamientos reales viertan su benéfica luz sobre lo que veo." (L.53.5.4) Cualquier sufrimiento que experimente hoy es causado por los pensamientos y creencias que sostengo. Este mundo sin sentido engendra temor porque no hay seguridad ni esperanza en la locura. Es alentador saber que estas imágenes dementes no pueden prevalecer

para siempre, y que todos regresaremos a casa. Solo nuestro miedo hace que el viaje parezca largo. Sólo nuestra resistencia a liberar el ego hace que parezca difícil y trae sufrimiento. **"El ego puede aceptar la idea de que es necesario retornar porque puede, con gran facilidad, hacer que ello parezca difícil. Sin embargo, el Espíritu Santo te dice que incluso el retorno es innecesario, porque lo que nunca ocurrió no puede ser difícil. Más tú, puedes hacer que la idea de retornar sea a la vez necesaria y difícil."** (T.6.II.11.1-3) (ACIM OE T.6.III.35)

Nuestros pensamientos están dispersos por doquier. Narramos y juzgamos nuestras experiencias, nos crucificamos por nuestros errores, fantaseamos sobre lo que queremos en el mundo, tenemos resentimientos, planificamos y elaboramos estrategias sobre cómo abordar nuestros problemas percibidos. Nuestra mente nunca está tranquila. Nuestros pensamientos dementes no nos permiten la paz. Es por eso por lo que Jesús nos dice: **"Los pensamientos dementes perturban."** (L.53.2.2) Sin embargo, algunos de esos pensamientos locos nos gustan. En realidad, no nos damos cuenta de que nos impiden la paz. Incluso podemos enorgullecernos de ellos.

Nuestros pensamientos dementes son la causa de este mundo. El mundo es una proyección de esos pensamientos. Es por eso por lo que el mundo está loco, ya que es el efecto de nuestros pensamientos locos. No podemos concluir nada acerca de nuestra identidad basándonos en esos pensamientos. El Espíritu Santo ve el mundo como un dispositivo de enseñanza para llevarnos a casa. Como escribe Jon Mundy: "Estamos en cada instante, en la escuela. ¿Qué estamos aprendiendo aquí? Freud y Jung nos enseñaron que nuestros problemas están enterrados en lo más profundo de nuestro interior. Ve hacia dentro. "Ve más profundo", dice Ken Wapnick, con responsabilidad mira hacia adentro. 'Es seguro'. Trae sanación a tu locura. Recuerda que no hay pecado y que Dios no condena".

Hemos pensado erróneamente que al manejar los efectos de nuestros pensamientos locos encontramos alguna apariencia de paz, pero esto nunca funcionará. Necesitamos volver a la causa, que es nuestra mente errada. Nuestra mente está dividida entre la mente errada, donde se originan nuestros pensamientos dementes, y nuestra mente recta, que contiene nuestros pensamientos reales de paz y amor. Solo mirando nuestros pensamientos dementes en la mente errada, enfrentando nuestra indignidad y liberando nuestro diálogo interno crítico podemos alinearnos con el Espíritu y experimentar el mundo real. Es un mundo interior de paz, alegría, consistencia y armonía. Desde la experiencia del mundo real, vemos el mundo de la ilusión como lo que es. Lo vemos como un observador por encima del campo de batalla de este mundo.

Cuando algo nos molesta, es solo otra oportunidad para la curación. Dale la bienvenida. Cuando no nos resistimos a lo que aparece en nuestro guión, nos brinda otra oportunidad para la curación. No podemos sanar lo que no vemos. Debemos convertirnos en observadores de nuestras estrategias del ego. Al observar nuestros pensamientos, los llevamos a la conciencia, lo que debemos hacer, si estos pensamientos van a ser entregados para su liberación al Espíritu Santo para que podamos lograr la visión. El mundo real refleja nuestra mente sanada.

Nuestra mente tiene el poder de fabricar un mundo en oposición a Dios. Es tan importante que no neguemos este poder. Si no reconocemos el dolor y el sufrimiento del mundo, no estaremos dispuestos a asumir la responsabilidad de nuestra propia mente como la causa. El mundo ilusorio, que no es creado por Dios, exige que lo veamos como Su creación y glorifiquemos el mundo en lugar de verlo como lo que es. El mundo es simplemente un reflejo de los pensamientos locos en nuestra mente, y son estos pensamientos los que nos mantienen en la miseria. Incluso cuando nos traen lo que creemos que nos hará felices en el mundo, la felicidad es solo temporal y no durará.

La felicidad que depende de circunstancias externas es muy inestable. **"No obstante, el camino de Dios es seguro.** (L.53.5.5) Jesús nos llama a reconocer el poder de nuestra mente y a asumir la responsabilidad de nuestros pensamientos, en lugar de culpar a las personas, eventos y circunstancias "allá afuera" por nuestra falta de paz.

Debajo de nuestros pensamientos dementes están los Pensamientos de Dios, y sólo estos pensamientos son reales y cuerdos. ¿Cuáles son estos Pensamientos de Dios? Son los pensamientos en nuestro sano juicio. Siempre están ahí. Somos incapaces de separarnos de ellos, aunque podemos desconocerlos. ¿Cuál es la experiencia de nuestros pensamientos reales? Jesús dice que cuando entramos en la luz hay una profunda sensación de paz, por breve que sea. Experimentamos una profunda sensación de alegría y un mayor estado de alerta. (L.44, L.47, L.74) Lo que se está diciendo es que, cuando entramos en el reino de los Pensamientos de Dios, tenemos la experiencia del amor, la santidad, la paz, la gratitud y la Unidad. Para lograr este estado, necesitamos acercarnos a nuestro tiempo de meditación con deseo, con un sentido de la importancia de lo que estamos tratando de lograr y con confianza de que tendremos éxito. (L.45, L.49) Nos acercamos a la experiencia como lo haríamos con un altar. **"Mis pensamientos reales están en mi mente. Me gustaría encontrarlos."** (L.45.6.4-5) Sumérgete más allá de los pensamientos irreales que cubren la verdad y escucha en profundo silencio, hundiéndote profundamente en la paz.

Simplemente no podemos superponer la paz en nuestros pensamientos de preocupación, ira y angustia. No podemos forzar la paz en estos pensamientos. Tenemos que entregarlos. Necesitamos liberar estos pensamientos a medida que surgen. Necesitamos elegir renunciar a los pensamientos para que la paz pueda tomar el lugar de nuestra angustia. Se necesita deseo, compromiso y voluntad para hacer el trabajo. También requiere esfuerzo, determinación y práctica debido a estas mentes de monos, que constantemente tienen una gran variedad de pensamientos equivocados. Esta salvaje variedad de pensamientos, tortura nuestra mente y nos aleja de la verdad de lo que somos. Pueden llegar a ser un bucle muy insistente en la mente que no nos permite lograr la paz. Solo la paz, el amor y el gozo son reales, y es solo a través del poder de la decisión de elegir, confiar y hacer la práctica que reconoceremos dónde realmente permanecemos: en Dios.

En lugar de juzgarnos a nosotros mismos por lo que se sonroja en nuestro loco sistema de pensamiento del ego, demos la bienvenida a la oportunidad que se brinda de mirar estos pensamientos con ecuanimidad. Podemos estar felices de que nuestro sistema de pensamiento largamente negado, basado en la culpa, esté siendo puesto en primer plano con cada situación en la que nos volvamos ansiosos o estemos molestos. Cada situación que surge nos muestra la locura de nuestro pensamiento. Ahora, podemos elegir de nuevo liberar estos pensamientos, que bloquean nuestra alegría y paz. Se creo el tiempo para esto, y si vamos a usarlo bien, lo usaremos solo para sanar nuestras creencias erróneas, los errores que hemos cometido en el pasado y todos nuestros arrepentimientos donde tememos las consecuencias de esos errores en el futuro. Ahora podemos estar agradecidos con todas esas personas, situaciones y eventos que llegan a nuestro día, sin importar cuán difíciles puedan ser las interacciones, porque nos da otra oportunidad de ver nuestra culpa oculta y elegir la curación.

Nuestros pensamientos son el único indicador de qué mente está actualmente en funcionamiento. **"Son mis pensamientos los que me dicen dónde estoy y lo que soy."** (.53.5.3) La Lección dice: **"Las imágenes que he fabricado no pueden prevalecer contra Él porque no es mi voluntad que lo hagan."** (L.53.5.6)

Hoy, ciertas cosas no iban a mi manera y mi respuesta fue de ira, que cubrió los sentimientos de impotencia y frustración. Me tomé un tiempo para ir hacia adentro y preguntar y noté el miedo que tenía por no contar con el control en esta situación. Reconocí una creencia que mantenía de que las cosas deben ser a mi manera para que yo sea feliz. Debajo del miedo de la falta de control había un sentimiento de indignidad. Profundizar en mi mente realmente me ayudó a descubrir algo que había mantenido oculto de mi conciencia. Estos pensamientos y sentimientos disociados se proyectan sobre los demás a nuestro alrededor, y luego los culpamos por lo que estamos sintiendo, en lugar de darnos cuenta de que son nuestros propios pensamientos disociados proyectados. Inmediatamente sentí la liberación una vez que me volví honesta con lo que me estaba pasando. La negación es nuestro enemigo. La conciencia y la voluntad ayudan a liberarnos. Sólo el significado que damos a nuestros pensamientos necesita ser retirado. Esto nos abre de nuevo al flujo del amor.

Amor y bendiciones, Sarah
huemmert@shaw.ca

Publicado en DAILY LESSON MAILING por <http://www.jcim.net>
ÚNASE A LA LISTA DE CORREO AQUÍ: <http://bitly.com/CIMSMailingList-Signup>