

ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



LECCIÓN 54 ~ PRIMER REPASO [Repaso de las lecciones 16-20]

Comentario de Sarah:

El tema de las Lecciones que estamos revisando hoy es sobre el poder de nuestros pensamientos. Es un poder que ha formado un mundo separado de Dios. Es un mundo que Él no conoce. Si Dios supiera de este mundo, tendría que significar que es real. Sin embargo, la única realidad es el Reino de Dios. Nuestra creencia en la pequeña alocada idea de que podríamos estar separados de Dios es lo que hizo el mundo que vemos. Es una ilusión compartida. **"Incluso la descabellada idea de la separación tuvo que compartirse antes de que se pudiese convertir en la base del mundo que veo"**. (L.54.3.3) Esta es la razón por la que miles de millones de personas pueden estar de acuerdo sobre la naturaleza de este mundo, pero eso no lo hace cierto. Simplemente significa que es una alucinación colectiva. El mundo es ilusorio y no existe excepto en las creencias que tenemos sobre él, y esas creencias tienen poder. Es imposible tener un pensamiento neutro. **"Tener pensamientos neutros es imposible porque todos los pensamientos tienen poder"**. (L.54.1.2) Después de todo, la mente debe ser poderosa para hacer del mundo lo que es. Lo valioso de este poder es que podemos usarlo para deshacer todo lo que hemos hecho realidad.

Cada pensamiento tiene un efecto. El mundo entero es el efecto de nuestros pensamientos increíblemente poderosos. A medida que cambiamos de opinión, cambiamos nuestro mundo. La mente es la causa, y el mundo es el efecto. Claramente, así no es como experimentamos el mundo. Vemos el mundo como la causa de nuestra angustia, y, por lo tanto, nos vemos a nosotros mismos como su efecto. Como tal, nos percibimos como las víctimas de lo que el mundo parece estar entregando. Cuando recurrimos a las Lecciones, cambian nuestros pensamientos y nos ayudan a reconocer que todo comienza en nuestra mente. Nuestros pensamientos son los que han hecho que este mundo parezca ser real y sólido; igualmente, nuestros pensamientos pueden llevarnos fuera de este mundo al mundo real. Es a través del perdón que llegamos a ver lo falso como falso.

El perdón deshace todo lo que es falso. Con la separación se produce una enorme culpa, que es abrumadora para la mente. Así, el ego nos ofrece un esquema para hacer posible vivir con toda esta culpa. Su respuesta es que proyectemos la culpa en los demás. Ahora encontramos a otros a quienes culpar por nuestras circunstancias. Estamos bajo la ilusión de que hemos liberado la culpa en la mente al hacer responsables a los demás, pero así es precisamente como nos aferramos a ella. Sin embargo, cuando asumimos la responsabilidad de nuestras proyecciones, sin culparnos a nosotros mismos por ellas, se puede hacer la Corrección y se deshace el plan del ego para mantenernos invertidos en la culpa. Si bien el ego está totalmente loco, sin embargo, es brillante en la creación de este plan, haciéndonos pensar que hemos liberado la culpa.

El perdón sólo puede entenderse en el contexto de que este mundo no es real y que nada ha sucedido realmente. En la ilusión, hay eventos dolorosos y situaciones difíciles. El perdón nos permite verlos desde fuera del sueño y reconocer su irrealdad. Lo que estamos viendo son las imágenes proyectadas de nuestras propias mentes temerosas. Cuando las imágenes proyectadas

hayan sido "... **limpiadas y purificadas, y finalmente eliminadas para siempre**" (T.18.IX.14.2) (ACIM OE T.18.XI.98) y nuestras falsas percepciones sean perdonadas, veremos **"... el mundo luminoso de la nueva y diáfana percepción."** (T.18.IX.14.3) (ACIM OE T.18.XI.98) Este es el mundo real que experimentamos cuando el perdón es completo. El mundo real es un estado de amor, inocencia, paz y alegría. **"Y es allí donde te aguarda la paz."** (T.18.IX.14.5) (ACIM OE T.18.XI.98)

No hay término medio entre la culpa y el miedo del ego y la paz y el amor que experimentamos cuando elegimos el milagro. Los pensamientos neutros son imposibles porque todos los pensamientos tienen poder. Cada pensamiento que tenemos es de amor o miedo, Cielo o infierno. No hay término medio. **"Mis pensamientos no pueden ser simultáneamente verdaderos y falsos. Tienen que ser lo uno o lo otro. Lo que veo me muestra si son verdaderos o falsos"**. (L.54.1.6-8) Es un estado mutuamente excluyente de "uno u otro", por lo que no podemos mantener tanto el amor como el odio en nuestra mente al mismo tiempo. Sabemos qué pensamiento hemos elegido por sus efectos y por cómo nos sentimos. El mundo es, por lo tanto, una representación de nuestro propio estado mental. Si queremos conocer el estado de nuestra mente, solo necesitamos mirar cómo nos sentimos. Cuando experimentamos gozo y paz, que no dependen de circunstancias externas, sabemos que hemos elegido al Espíritu Santo. Lo que percibimos nunca es un hecho, sino sólo una interpretación de nuestra propia creación.

Solía molestarme mucho cuando surgían emociones negativas en mí. Me crucificaba por cometer errores. Vi mis errores como evidencia de no ser lo suficientemente espiritual. Ahora, a medida que estoy cada vez más dispuesta a mirar más estos pensamientos y emociones perturbadoras, mientras no los disfruto, les doy la bienvenida para que puedan ser traídos para la sanación. Me resisto a hacer juicios sobre mí misma por tener estos pensamientos. Al alejarme de ellos, puedo ver que estos pensamientos y emociones no me definen. En cambio, brindan la oportunidad de mirar mi mente no sanada y elegir otra manera. Este es el propósito del mundo, nuestras relaciones y circunstancias. Cuando surjan juicios, estate dispuesto a verlos como otra oportunidad para el perdón y la sanación. El mundo no tiene otro propósito más que este. No hay valor en el retraso. El momento es ahora. ¿Puede un mayor retraso traernos algo más que lo que siempre nos ha traído, que es más sufrimiento, dolor y enfermedad? Ahora estamos llamados a usar el tiempo para su propósito previsto, que es deshacer todo lo que nos mantiene en el infierno.

El proceso de observar nuestras reacciones egoicas se desarrolla gradualmente durante un período de tiempo. Se necesita práctica. Uno de los escollos en los que caemos es juzgarnos a nosotros mismos por enojarnos o por hacer juicios. Pensamos que, si no vemos a todos a través de los ojos del amor, y si no vemos al Cristo en todos, solo necesitamos esforzarnos más para ser amorosos y dejar de ser críticos. Eso no nos va a ayudar a deshacer el ego. Es simplemente el ego tratando de arreglarse para verse bien. En cambio, necesitamos observar nuestros juicios y nuestra necesidad de especialidad y estar dispuestos a dejarlos ir entregándolos al amor gentil de Jesús, quien nos ayuda a ver el ego como completamente sin significado. **"Tu tarea no es ir en busca del amor, sino simplemente buscar y encontrar todas las barreras dentro de ti que has levantado contra él. No es necesario buscar lo que es verdad, pero si es necesario que busques lo que es falso"**. (T.16.IV.6.1-2) (ACIM OE T.16.V.35)

Por lo tanto, asumir la responsabilidad de nuestros pensamientos requiere un alto nivel de honestidad y coraje. Nuestra tendencia es defender, racionalizar, explicar y justificar contando historias de por qué nos sentimos de la manera en que lo hacemos. Esto no nos ayudará en nuestra curación. No podemos esperar que este mundo de egos siempre nos trate con amor. Los problemas prevalecerán. A pesar de nuestros mejores esfuerzos para extender el amor, el mundo todavía puede tratarnos con crueldad, rudeza y maldad, pero en última instancia, la verdadera

paz interior no depende de los comportamientos de los demás. Si reaccionamos emocionalmente de forma negativa es porque estamos creyendo que esa es la verdad sobre nosotros. Ciertamente, puede que no sea lo mejor para nosotros permanecer en relaciones y situaciones difíciles, pero mantener las relaciones en la forma, no es lo importante. Lo importante es el contenido de nuestra mente. Dejar las relaciones puede ser una decisión acertada.

Nunca podremos conocer la totalidad del camino de Expiación de alguien. La misma oportunidad de sanación está ahí para ellos, como lo está para nosotros. Lo que sea que aparezca en nuestras vidas es solo otra oportunidad para la sanación, como lo es para cualquiera que tome esta decisión. Tienen el mismo poder que nosotros para elegir el perdón, cuando están lo suficientemente motivados para hacerlo. La paciencia es una de las características del maestro de Dios, por lo que podemos darnos el lujo de ser pacientes porque el resultado es seguro para todos nosotros. El único factor importante no son las formas de este mundo, sino el contenido de nuestra propia mente. Por lo tanto, realmente no importa lo que alguien haga, sino solo cómo interpretamos lo que está sucediendo. En última instancia, cuando dejamos ir todos nuestros juicios y nuestra necesidad de especialismo, percibiremos al Cristo en todos. No se trata de intentarlo. Es sólo una cuestión de llevar nuestros juicios y agravios al Espíritu Santo para que sean sanados.

Toda la multiplicidad de problemas y complejidades que experimentamos en las relaciones, y toda la confusión, la ira y el estrés que surgen, es el resultado de nuestros pensamientos erróneos. No son pensamientos ociosos. Mira a tu alrededor y ve lo que han producido. Han producido este mundo que hemos llegado a creer que es nuestra realidad. Todos los pensamientos tienen poder. **"Todo pensamiento produce forma en algún nivel"**. (T.2.VI.9.14) (ACIM OE T.2.V.92)

No hay pensamientos privados. Todas las mentes están unidas. Sólo hay una Mente, que es la Mente de Cristo. **"Todo lo que pienso, digo o hago es una enseñanza para todo el universo"**. (L.54.4.3) Por lo tanto, si cambio de opinión, porque todas las mentes están unidas, tengo el poder de cambiar cada mente. Obviamente, esto no es una cuestión de tratar de sanar a los demás, tratar de hacer que cambien sus mentes o decirles cómo pensar. Es simplemente lo que invocamos en ellos al ser un símbolo de rectitud. Cuando elijo dejar ir mis resentimientos, envío un mensaje a los demás de que ellos también pueden participar en este proceso de despertar del sueño. Cuando me aferro a los resentimientos, envío un mensaje de ataque y mayor separación.

Todo lo que hacemos refuerza la separación o la unión. Mi decisión de juzgarte, enojarme contigo, preocuparme por ti, atacarte, culparte o estar celoso de ti es una decisión para el infierno en lugar del Cielo. Esto refleja la promesa insana que hicimos"... **a otro de que él te herirá, y de que a cambio tú lo atacarás"**. (T.28.VI.4.7) (ACIM OE T.28.VII.57) ¿Por qué llegaríamos a un acuerdo de este tipo? Parece una locura, y lo es, pero estos votos secretos se hicieron para mantener la separación y para que pudiéramos mantener nuestra identidad como un ser separado. Es por eso por lo que el ataque y la culpa son tan atractivos para nosotros. **"Todo aquel que dice: 'Entre tu mente y la mía no hay separación' es fiel a la promesa que le hizo a Dios y no al miserable voto de serle eternamente fiel a la muerte."** (T.28.VI.5.4) (ACIM OE T.28.VII.58) Por lo tanto, tenemos una opción con cada decisión que tomamos, que es atacar o unirnos a nuestros hermanos.

No podemos cambiar la mente de nadie más de lo que Jesús puede cambiar nuestras mentes por nosotros. Todos necesitamos tomar nuestras propias decisiones, pero podemos usar nuestro poder para el bien y la verdad al ser el cambio que buscamos en el mundo. Lo que veo son los testigos del sistema de pensamiento que he elegido. Puedo ver las decisiones que estoy tomando, observando a los testigos de mi elección. Por ejemplo, me doy cuenta de que cuando estoy en

conflicto con un hermano o experimento mucho estrés, esto a menudo conduce a la aparición de un resfriado o algún tipo de enfermedad. Cuando experimento una gran cantidad de estrés y exijo perfeccionismo de mí misma, me duele la cabeza. Es una indicación inmediata de mi elección por el ego. Por otro lado, cuando libero un resentimiento, me siento ligera y feliz. A medida que aprendemos a prestar atención a los testigos de nuestro estado mental, podemos tomar una decisión para la sanación; en última instancia, toda sanación es de la mente.

Jesús demostró a través de su resurrección que nuestros cuerpos no son quienes somos. Somos seres eternos de luz y amor. Somos una idea en la Mente de Dios, y nada puede hacernos daño. Para experimentar nuestra realidad como amor, necesitamos descubrir nuestra culpa inconsciente que vino con la pequeña alocada idea de que podríamos estar separados del amor. Tememos que nunca encontraremos el camino de regreso y que hayamos hecho algo terriblemente malo. En este repaso, se nos recuerda que debemos observar nuestros pensamientos y mirar lo que estamos haciendo realidad. Nuestra parte es ser una demostración de Su amor en el mundo. Para hacer eso, debemos continuar perdonando nuestras falsas percepciones para que nuestra mente pueda ser sanada del proyecto de culpa en los demás.

Cualquier otra meta que tengamos en el mundo que no sea la corrección de nuestros pensamientos, no tiene ningún valor. No importa cuáles sean nuestros roles y responsabilidades en el mundo. Ya sea que seamos maestros, corredores de bolsa, madres, abogados, trabajadores de servicios o enfermeras, todo es solo un telón de fondo para nuestro verdadero trabajo en el mundo, que es asumir la responsabilidad de aceptar la Expiación para nosotros mismos.

El objetivo de este Curso es la paz. La única forma en que podemos conocer la paz es a través del perdón. No significa que tengamos que pasar el rato con nadie. No significa que tengan que estar en nuestra presencia o que todavía estén en sus cuerpos. El trabajo del perdón es llamar la atención sobre las falsas creencias que tenemos en la mente. Estamos sanando nuestras percepciones que nunca son un hecho sino una interpretación.

Estoy decidido a ver porque me estoy dando cuenta de la verdadera naturaleza y poder de mi mente. Podemos elegir hacer más y más ilusiones, que dan testimonio de culpa y miedo, o podemos practicar el perdón, que es la ruina de las ilusiones y ser testigos de más paz, alegría y unión en nuestras vidas. En esa elección, los pensamientos de amor reemplazan a los pensamientos de miedo. Los pensamientos de risa reemplazan los pensamientos de lágrimas, y los pensamientos de abundancia reemplazan los pensamientos de pérdida. Estas son las opciones disponibles para nosotros.

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>