



**LECCIÓN 139**  
**Aceptaré la Expiación para mí mismo.**

**Comentario de Sarah:**

La Lección de ayer habló de las mil opciones que parece que tenemos en el mundo de la ilusión, con muchos objetivos contradictorios frente a nosotros. Sin embargo, Jesús nos recordó que realmente solo hay una elección que hacer e incluso esa elección ya está hecha. Estamos aprendiendo que las muchas formas que parece que elegimos es ocultar el hecho de que solo hay una opción: la elección del Cielo y la verdad. Cuando se hace la elección en favor del ego, es una elección por el falso yo, razón por la cual se necesita la Expiación. La Expiación es la opción de Corrección del Espíritu Santo que siempre está disponible cuando hemos escogido con el ego. Esto no nos hace malos; simplemente hemos cometido un error que se corrige cuando nos volvemos al Espíritu Santo.

Se nos ha dado el tiempo con el propósito de corregir nuestra elección equivocada de separación. Cuando usamos el tiempo para el aprendizaje y la curación, es porque realmente queremos conocer nuestro Ser Único y Eterno. No somos responsables del error, pero sí somos responsables de aceptar la Corrección. Mientras la ilusión parezca ofrecernos lo que consideramos satisfacción, continuaremos eligiendo sus ofrendas hasta que reconozcamos que no nos ofrece nada más que "alegrías trágicas" y "placeres dolorosos". La Lección de hoy dice que cuando decidimos aceptar la Expiación, marca el fin de la elección y la aceptación de nosotros mismos tal como Dios nos creó. Hasta que llegamos a la aceptación total de nuestra realidad, seguimos cuestionando, buscando, dudando, negando y manteniéndonos pequeños. Seguimos preguntándonos: "¿Qué soy?" "¿Por qué estoy aquí?" "¿Cuál es el propósito y el significado de mi vida?"

¿Por qué haríamos estas preguntas si Dios ya las ha respondido? ¿Por qué nos quedamos en esta confusión sobre nuestra identidad? Él dice: **"Tener incertidumbre con respecto a lo que indudablemente eres es una forma de autoengaño tan monumental que es difícil concebir su magnitud"**. (L.139.3.1) Estamos viviendo en la negación de la verdad acerca de nosotros mismos. **"La tarea del obrador de milagros es, por lo tanto, negar la negación de la verdad"**. (T.12.II.1.5) (ACIM OE T.11.III.14) Nuestras mentes están divididas en una parte que conoce la verdad (la mente recta) y otra parte que la ha negado y ha olvidado quiénes somos. Tenemos creencias y conceptos que no son ciertos.

Nuestro viaje de despertar no es apoyado por el mundo. No puede ser de otra manera porque **"es un lugar cuyo propósito es servir de hogar para aquellos que dicen no conocerse a sí mismos, puedan venir a cuestionar lo que son."** (L.139.7.2) Es un mundo demente basado en un sistema de pensamiento demente. **"El ego construyó el mundo tal como lo percibe, pero el Espíritu Santo, el reintérprete de lo que el ego construyó, ve el mundo como un recurso de enseñanza para llevarte a tu hogar"**. (T.5.III.11.1) (ACIM OE T.5.V. 42) Todo nuestro aprendizaje pasado, cuando se usa con el propósito de despertar, ahora puede convertirse en un aula para deshacerlo con la ayuda de nuestro Maestro interior.

Aparentemente, continuaremos el ciclo de nacimiento y muerte hasta que renunciemos a todas las preguntas y pensamientos dudosos y finalmente lleguemos a aceptar la verdad sobre nosotros mismos. De esto se trata la aceptación de la Expiación. Es aceptar la Corrección de nuestras percepciones erróneas. Es una corrección de nuestras creencias equivocadas. Aceptar la Expiación es llegar a aceptar que no somos el cuerpo y la personalidad viviendo en este mundo. Aceptar la Expiación es sanar la mente de todos sus conceptos erróneos, de todos sus autoconceptos y de todos los valores y creencias que contiene. Es un proceso de deshacer todo lo que hemos llegado a aceptar como verdadero sobre nosotros mismos y el mundo hasta que llegamos al lugar donde ya no cuestionamos quiénes somos. Ya no somos engañados acerca de tu verdadera Identidad como el Cristo.

Llegamos al lugar donde nos conocemos a nosotros mismos como eternos, en lugar de cuerpos que viven una vida que termina en la muerte. **"Estar vivo y no conocerte a ti mismo es creer que en realidad estás muerto"**. (L.139.3.2) La verdad es que nunca hemos dejado a Dios y todavía somos Uno con Él. Es sólo en la locura de la ilusión que creemos que la vida consiste en nuestra experiencia en el cuerpo y el mundo. La vida sólo puede ser verdaderamente conocida cuando sabemos que somos como el Cristo. No destruimos esta vida cuando recordamos no reírnos de la pequeña alocada idea de que realmente podíamos separarnos de Dios y del Amor que somos. No se perdió ni una nota en la canción del Cielo. Todavía somos Uno con nuestro Padre.

**"¿Quién es el que duda? ¿De qué es de lo que duda? ¿A quién le pregunta? ¿Quién le puede responder?"** (L.139.3.4-7) Me encantan estas preguntas que muestran la parte de la mente que pregunta y la parte que no sabe. Cuando digo: "*Me pregunto a mí mismo*", ¿quién es el "yo" que pregunta al "yo"? Este diálogo interno continúa entre lo que parecen ser las diferentes partes de la mente. El interrogador es la parte que ha elegido el ego. Lo que duda es lo que es. A quien cuestiona es a sí mismo. Quien puede responderle es sólo el Espíritu Santo en la mente recta. **"Pues le hace la pregunta a alguien que sabe la respuesta."** (L.139.5.10) No escucharemos la respuesta mientras escuchemos al ego. La verdad está en la mente recta, pero parece ser una parte separada de lo que somos. El que está cuestionando no es lo que somos. **"Mas si fuese parte de ti, entonces la certeza sería imposible."** (L.139.5.11) No somos dos partes en conflicto. Sólo existe el Ser. El que duda es aquel que ha elegido identificarse con la mente errada. Una vez más, es la elección hecha para nuestra individualidad lo que provocó todos nuestros pensamientos de duda. Ahora dudamos de si somos como el Ser Único, Uno con Dios. Sin embargo, la Respuesta está dentro, en la mente recta. Si no escuchamos, es porque estamos escuchando la parte que no sabe.

Esta lección nos ayuda a ver cómo podemos poner fin a la incertidumbre de este constante cuestionamiento de nosotros mismos. La cordura está en nuestras mentes en este mismo momento. Es la Respuesta dentro de nosotros a cada pregunta sobre nosotros mismos. **"No hemos perdido el conocimiento que Dios nos dio cuando nos creó semejantes a Él."** (L.139.11.4) Si no escuchamos la Respuesta, es porque no queremos estar en lo que estamos. Estamos resistiendo activamente la verdad, creyendo que habrá un alto costo para nosotros por aceptar la verdad. El Espíritu Santo es el símbolo de la memoria de la vida eterna. Él es nuestra seguridad de que no podemos morir. Sin embargo, porque hemos **"... juzgado contra ella** [la verdad de nuestro ser] **y negado su valor"** (L.139.4.4) creemos que no sabemos dónde estamos; y esta es la fuente de toda nuestra incertidumbre. El hecho de que hayamos negado la verdad de nuestra realidad no cambia lo que somos. **"Tu negación no cambió en nada lo que eres"**. (L.139.5.3) Una parte de nosotros conoce la verdad y la otra parte sigue negándola. Esta es la mente dividida.

El ego no es más que un pensamiento dudoso que tenemos sobre nosotros mismos. Es una locura. Ha ocupado la mente que ahora duda de sí misma y se ha vuelto insegura de lo que es. **"La expiación pone fin a la extraña idea de que es posible dudar de ti mismo y no estar seguro de lo que realmente eres"**. (L.139.6.1) Por lo tanto, la expiación es la aceptación de la verdad acerca de nosotros mismos. Libera la pregunta de "¿qué soy?" Es la aceptación de la Respuesta. Es el reconocimiento: **"Aceptaré la Expiación para mí mismo, pues aún soy tal como Dios me creó."** (L.139.11.3) La verdad ya está en la mente recta. (L.139.8.2) No es algo que tengamos que buscar. Podemos elegir **"no sigamos tolerando que nuestras mentes santas se entretengan en semejantes insensateces"**. (L.139.8.5) **"No hemos perdido el conocimiento que Dios nos dio cuando nos creó semejantes a Él."** (L.139.11.4)

¿Qué nos detiene? Lo único que nos detiene es nuestro miedo que mantiene nuestro enfoque en las distracciones de nuestro santo objetivo. Todas las cosas de este mundo que nos distraen son **"..... disparatadas telarañas que el mundo quiere tejer en torno al Santo Hijo de Dios"**. (L.139.12.2) No tienen sustancia, sino que sólo parecen ser una red compleja que no tiene poder para detenernos. **"Y date cuenta de lo frágiles que son las cadenas que parecen mantener fuera de tu conciencia el conocimiento de ti mismo. . ."** (L.139.12.3) No pueden retener la conciencia de la verdad si no se lo permitimos. Cuando dejamos que nos detengan, de hecho, se sienten poderosas y fuertes. En este sueño, parecen tener un control muy fuerte solo porque les damos poder.

Tenemos una asignación importante que Jesús nos ha dado hoy. La tarea es recordarnos a cada hora, que somos tal como Dios nos creó. Nunca será afirmado por lo que el mundo valora y lo que nosotros valoramos en el mundo. Cada vez que experimentamos duda, confusión o angustia de cualquier tipo, podemos traer conciencia a nuestros pensamientos observándolos sin juzgarnos a nosotros mismos. Necesitamos decirnos la verdad a menudo de que fuimos creados perfectos, completos y totalmente inocentes. Todo lo que creemos que hemos hecho para destruir la verdad sobre nosotros es simplemente un sueño. Si bien podemos reconocer que este es el caso, la única forma en que podemos experimentarlo es estar atentos a nuestros pensamientos. Nuestros pensamientos están bloqueando la verdad. Estos son los pensamientos de ira, desesperación, preocupación, miedos, demandas, expectativas, especialismo, juicio, arrogancia y más. Jesús no puede cambiar nuestros pensamientos por nosotros. Debemos hacer el trabajo nosotros porque somos nosotros los que le dimos poder a estos pensamientos sin sentido. Él nos dice que, ya que nosotros los hicimos, debemos ser nosotros los que los traigamos a la luz.

Cuando liberamos los obstáculos al amor al aceptar la Expiación para nosotros mismos, lo hacemos por toda la Filiación, ya que sólo hay una Mente. Cada hermano es parte de la Mente Única. Conoceremos nuestra magnificencia cuando la veamos en todas partes y en todos. En este amor sin fin, disponible para nosotros en todo momento, nos regocijamos al unirnos a nuestros hermanos y hermanas en la Unicidad. Así que miremos con bondad a todos, extendamos bendiciones a aquellos que se cruzan en nuestro camino hoy, y abstengámonos de analizar los motivos de los demás o de corregir a nuestros hermanos. Nuestra aceptación de nuestra propia dicha y paz es el regalo que damos y así recibimos para nosotros mismos, y lo hacemos en gratitud y alegría.

Él nos pide que dejemos de lado todos los pensamientos que nos distraigan de nuestro santo objetivo. Hoy, una vez que eres testigo de tu infelicidad, dolor, angustia o incluso felicidad como proveniente de la sombra fuera de ti, date cuenta de que niegas la verdad de quién eres y, por lo tanto, niegas la sanación. Al asumir la responsabilidad de nuestros juicios y nuestros ataques percibidos como provenientes de nosotros mismos y no del mundo, damos el primer paso en la sanación. Necesitamos pasar el día vigilante con respecto a la observación mental. Todas nuestras

dudas, confusión e incertidumbres son oportunidades para cuestionar su validez. No son la verdad.

**"Durante varios minutos, deja que tu mente quede libre de todas las disparatadas telarañas que el mundo quiere tejer en torno al santo Hijo de Dios. Y date cuenta de lo frágiles que son las cadenas que parecen mantener fuera de tu conciencia el conocimiento de ti mismo, según repites:**

***"Aceptaré la expiación para mí mismo, pues aún soy tal como Dios me creó."***  
(L.139.12.2-3)

Estas frágiles cadenas son el sistema de pensamiento del ego de pecado, culpa, miedo, sufrimiento y muerte. A nosotros, no nos parecen frágiles en absoluto cuando les damos poder. Hoy, prendí fuego a mi cocina y creía que era culpable y que había pecado. Estas son las cadenas frágiles que pueden ser fácilmente llevadas a la verdad para que, independientemente de lo que esté sucediendo en nuestras vidas, podamos elegir la paz en su lugar. Sí, los sentimientos surgen y deben ser reconocidos, sentidos y liberados, pero eso viene cada vez más fácilmente a medida que hacemos el trabajo y nos recordamos a nosotros mismos lo único que es verdad en este mundo: sigo siendo como Dios me creó.

Sólo podemos reconocer la nada de la ilusión cuando la cuestionamos y sacamos a la luz nuestras percepciones erróneas. Es un proceso de perdón como se describe en el Curso. Es un proceso de mirar sin juicio el sistema de pensamiento del ego, que sólo se puede hacer cuando miramos con el Espíritu Santo.

Trae a la luz el recuerdo de cuán queridos son tus hermanos en la verdad y cuánto una parte de ti es cada mente, cuán fieles han sido a ti, y cómo el amor de tu Padre los contiene a todos. Lléalos a todos al círculo de luz y amor, sin dejar a nadie fuera de tu abrazo amoroso. Observa cada vez que trates de separarte de tus hermanos con tus juicios o viendo diferencias y haciendo comparaciones. Cualquier pensamiento que tengamos que nos separe de cualquiera de nuestros hermanos es la forma en que negamos nuestra Identidad. Hacemos juicios todo el tiempo, así que no te juzgues a ti mismo por hacerlos. Solo estate dispuesto a liberarlos una vez que sean vistos. **"La condición necesaria para que el instante santo tenga lugar no requiere que no abrigues pensamientos impuros. Pero sí requiere que no abrigues ninguno que desees conservar."** (T.15.IV.9.1) (ACIM OE T.15.V.43)

Amor y bendiciones, Sarah  
[huemmert@shaw.ca](mailto: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>