

ACIM Edmonton - Reflexiones de Sarah



LECCIÓN 198 Sólo mi propia condenación me hace daño.

Comentario de Sarah:

Una vez más tenemos una Lección que enfatiza nuestra responsabilidad por lo que sentimos, ya sea gratitud o prejuicio. Esta Lección afirma de nuevo que no somos víctimas de este mundo. De hecho, el mundo no puede tener ningún poder sobre nosotros, excepto el que nosotros le damos. Nadie puede quitarnos la paz. Si culpamos a alguien por quitarnos la paz, tenemos que reconocer que en realidad hemos elegido desecharla. Justificamos nuestra decisión de hacerlo insistiendo en que otro es el responsable de quitárnosla. ¿No es esperanzador saber que la decisión de la paz recae en nosotros? El poder de elegir el Cielo o el infierno está en nuestra propia mente. Hoy, la Lección trata de nuevo sobre el perdón, pero debemos recordar que sólo perdonamos lo que no ha sucedido realmente, lo que significa que perdonamos nuestra creencia de que existe un mundo fuera de nuestra propia mente.

Cuando todos los obstáculos al amor han sido sanados a través del perdón, **“dejamos de percibir.”** (L.198.12.5) Dios da el último paso para llevarnos a casa, donde sólo existe un estado de Unicidad con nuestro Padre. Podríamos experimentar esto ahora, pero no lo hacemos debido a nuestro miedo al amor de nuestro Padre. Deshacer el miedo es un proceso de traer nuestros obstáculos a la luz. Jesús nos exhorta a contentarnos con sanar perdonando a nuestros hermanos sin hacer excepciones porque así nos ponemos en sintonía con la realidad. **“El Espíritu Santo sabe el papel que te corresponde desempeñar en la redención, y también quiénes te están buscando y dónde encontrarlos. El conocimiento está mucho más allá de lo que te incumbe a ti como individuo.”** (T.13.VIII.7.3-4) (ACIM OE T.13.II.7) Debemos contentarnos con nuestro papel en la redención y no preocuparnos por objetivos para los que aún no estamos preparados. Todavía tenemos culpas que sanar. Todavía tenemos juicios que liberar o no estaríamos aquí. Todavía valoramos nuestra separación porque todavía valoramos nuestra existencia, nuestro especialismo y nuestra singularidad. Mientras sigamos aferrados a la imagen de lo que creemos que somos, nos resistiremos al amor. **“Ahora debes aprender que sólo la paciencia infinita produce resultados inmediatos.”** (T.5.VI.12.1) (ACIM OE T.5.VIII.81)

La culpa que albergamos en la mente se debe a nuestra creencia de que hemos pecado al separarnos de la Creación en primer lugar. El pecado nos recuerda que estamos separados, y la separación afirma que existimos. No habría existencia sin ella. El fin de la separación no depende del tiempo. El fin de la separación puede llegar hoy, ya que está en nuestro poder elegir terminar con ella. Hasta dónde abrimos la puerta depende de cuánto miedo tengamos todavía. Nuestro miedo se manifiesta como resistencia. Recuerda la primera Lección del Espíritu Santo, que es **“Para poder tener, da todo a todos.”** (T.6.V.A.) (ACIM OE T.6.V.A.) Se trata de dar y nos libera de tratar de obtener. Lo que damos lo recibimos.

Cuando entramos en este camino de sanación, la puerta se abre a una nueva conciencia, aunque al principio sólo se abra una rendija. El conflicto viene con esta apertura porque ahora tenemos dos sistemas de pensamiento opuestos en la mente. Estamos en el paso inicial para invertir la percepción de cómo siempre hemos visto las cosas. Nuestras percepciones de mentalidad errónea ahora están siendo invertidas. Esto entra en conflicto con nuestra forma actual de ver y puede resultar más doloroso que cuando estábamos completamente alineados con el ego. Así, mientras queremos lo que el Espíritu Santo nos ofrece, el conflicto se agudiza cuando tenemos un pie en cada mundo. Esto puede ser bastante doloroso y desorientador hasta el punto de que podemos estar tentados de abandonar el Curso. Es como estar con un pie en el muelle, mientras el otro está en un barco que se dirige al mar. Sin embargo, cuanto más nos pasemos al lado de la verdad, menos resistencia tendremos y más fácil será el proceso. Cuando soltamos nuestras percepciones de mentalidad errónea y abandonamos nuestra negación de la verdad, nos dejamos llevar fácilmente. Nuestra voluntad y deseo determinan la rapidez con la que soltamos nuestro miedo y entramos en el sistema de pensamiento del Espíritu Santo, donde todo conflicto se resuelve. Cuando hayamos perdonado todo, el tiempo no será más.

Aunque la separación no haya ocurrido realmente y todo esto sea un sueño, se nos recuerda que tenemos que tratar con la ilusión como si hubiera ocurrido. **“Lo que parece ser su influencia y sus efectos jamás tuvieron lugar en absoluto. No obstante, tenemos que lidiar con ellos por un tiempo como si en realidad hubiesen tenido lugar.”** (L.198.2.6-7) Es cierto que no estamos realmente aquí, sino que sólo soñamos nuestra existencia. No somos un cuerpo, por lo tanto, no podemos estar enfermos ni morir. De hecho, no existe ningún mundo. Aunque todo es una ilusión, nuestra forma de salir de ella es a través del perdón de lo que no ha sucedido. El perdón también es una ilusión, pero es la única ilusión que acaba con todas las ilusiones. Aunque la dualidad no existe en verdad, para nosotros sigue pareciendo nuestra realidad.

Jesús nos recuerda que **“el daño es imposible”** (L.198.1.1), lo que es claramente el caso fuera de este sueño. En efecto, no hay nada que perdonar porque no ha pasado nada. Sin embargo, en el sueño tenemos la experiencia del daño, y éste tiene consecuencias dolorosas para nosotros mientras creemos que todo esto es real. Tenemos que perdonar lo que creemos que ha sucedido y recordar que nuestra realidad está fuera del sueño y siempre disponible. Si condenamos, tomamos represalias y atacamos en lugar de perdonar, demostramos que la herida era real y que somos quienes decimos ser. Nuestra creencia ilusoria en el mito del ego de que estamos separados de Dios trae consigo el sistema de pensamiento de pecado y culpa. Cuando este sistema de pensamiento se proyecta, el resultado es un mundo ilusorio y cuerpos ilusorios. **“Y, sin embargo, las ilusiones forjan más ilusiones.”** (L.198.1.2)

“Pues habrás creído que puedes hacer daño, y el derecho que te prescribes puede ahora usarse contra ti, hasta que renuncies a él por ser algo sin valor, indeseable e irreal.” (L.198.1.4) Creemos que podemos causar daño y, por lo tanto, los demás tienen ese mismo derecho a herirnos. Creemos que el ataque tiene poder y que el pecado exige castigo. El perdón nos muestra que el sistema de pensamiento erróneo del ego puede deshacerse. Entonces vemos que el ataque no tiene valor. Cuando hemos renunciado a nuestro "derecho" a atacar y no vemos ningún valor en ello, experimentamos nuestra invulnerabilidad. Ahora sabemos que no nos pueden hacer daño. **“La ilusión dejará entonces de tener efectos, y aquellos que parecía tener quedarán anulados.”** (L.198.1.5) El perdón deshace la causa, que es la creencia de la mente en el pecado y la culpa, y ahora también se deshacen los efectos. Sin una causa, no puede haber efectos. Nuestras interpretaciones de las fechorías pasadas son reemplazadas por el amor que dimos y lo que nos dieron. La historia del pasado ya no es relevante, y reconocemos que nunca fue cierta.

Todas las formas en las que intentamos arreglar los problemas que percibimos en el mundo, todas las formas en las que justificamos nuestras "buenas" razones para condenar a los demás, y todas las formas en las que deseamos herir, castigar y retirar el amor a aquellos que percibimos que nos han herido se basan en la creencia de que somos vulnerables, de que nos pueden herir y de que tenemos derecho a tomar represalias de la forma que queramos. Cuando atacamos, creemos que ese ataque será utilizado contra nosotros y, cuando lo es, nos sentimos víctimas. ¿Por qué nos aferramos al victimismo? ¿Por qué nos aferramos a los sentimientos hirientes por lo que aparentemente nos han hecho los demás? En otras palabras, ¿por qué hacemos que nuestra autoestima dependa de lo que otros puedan ver en nosotros? Jesús nos recuerda que lo hacemos para justificar nuestro ataque contra ellos. Buscamos esta justificación en nuestro deseo de juzgar, condenar y atacar, lo que continúa la separación. Debemos cuestionarnos profundamente si esto es lo que realmente queremos.

Jesús dice que el no sentirse digno y otras formas de auto ataque a las que nos aferramos se atribuyen a lo que percibimos que nuestros padres u otros nos hicieron. Nuestro deseo es hacerlos culpables y responsables de nuestra condición. **“Sea cual fuere la forma en que se manifiesten, son siempre un ataque contra el ser para que el otro se sienta culpable.”** (T.16. V.1.4) (ACIM OE T.16.VI.43) Aceptamos esta imagen de nosotros mismos para producir la ilusión de que otros nos han hecho daño y son responsables de lo que hemos llegado a ser. Sin embargo, la verdad es que los atributos que experimentamos en nosotros mismos son los que hemos aceptado como verdad sobre nosotros. En otras palabras, es una herida autoinfligida por la que crucificamos a los demás y los hacemos responsables. Es un ataque a mí mismo para hacer culpable al otro y es la base de la relación especial. **“Siempre que consientes sufrir, sentir privación, ser tratado injustamente o tener cualquier tipo de necesidad, no haces sino acusar a tu hermano de haber atacado al Hijo de Dios. Presentas ante sus ojos el cuadro de tu crucifixión, para que él pueda ver que sus pecados están escritos en el Cielo con tu sangre y con tu muerte, y que van delante de él, cerrándole el paso a la puerta celestial y condenándolo al infierno.”** (T.27. I.3.1-2) (ACIM OE T.27.II.3)

“Tu sufrimiento y tus enfermedades no reflejan otra cosa que la culpabilidad de tu hermano, y son los testigos que le presentas no sea que se olvide del daño que te ocasionó, del que juras jamás escapar. Aceptas esta lamentable y enfermiza imagen siempre que sirva para castigarlo. Los enfermos no sienten compasión por nadie e intentan matar por contagio. La muerte les parece un precio razonable si con ello pueden decir: "Mírame hermano, por tu culpa muero".” (T.27. I.4.3-6) (ACIM OE T.27.II.4)

Aunque pagamos un precio por el dolor al que nos aferramos, puede parecer un precio pequeño si **“puede servir para castigarlo.”** (T.27. I.4.4) (ACIM OE T.27.II.4) Mientras parezcamos ser la víctima de lo que otros han hecho, nos sentimos reivindicados de nuestra responsabilidad por nuestros propios problemas. Sin embargo, en realidad, somos el victimario, considerándolos culpables por lo que percibimos que nos han hecho. Esto es algo que realmente hay que asimilar y reflexionar. Por muy inquietante que sea, nos liberamos cuando vemos que lo que nos hiera es nuestra propia condena.

El perdón nos lleva a la salida. Señala la verdad. Nos ayuda a recordar la Canción del Cielo. El tiempo se hizo para que aprendamos que la respuesta a cada problema está en nuestra propia mente. Sólo hay un problema: la creencia en la separación. Se nos ha dado la Respuesta y es el Espíritu Santo, que nos ofrece una interpretación totalmente nueva, corrigiendo cada percepción errónea que tenemos sobre nosotros mismos y nuestros hermanos. El perdón basado en el Curso

no consiste en ver el pecado en el otro y perdonarlo. No se trata de pasar por alto nada real. Se trata, de hecho, de soltar cualquier pensamiento condenatorio que tengamos sobre nosotros mismos o sobre el otro y ofrecer estos pensamientos al Espíritu Santo para que los sane. Nosotros no hacemos la sanación. Observamos nuestra mente en busca de pensamientos que no perdonan, indagamos profundamente en su origen y los ponemos en el altar interior. El Espíritu Santo es el Sanador, que desvanece nuestros pensamientos erróneos. Llevamos nuestra oscuridad a Su Luz.

Cuando creo que he sido herida de alguna manera, me recuerdo a mí misma que no puedo ser herida. Si lo que dices me ha herido, me recuerdo que es mi culpa proyectada en ti. Experimentaremos el daño, mientras justifiquemos y creamos en nuestro derecho a condenar. Jesús nos dice una y otra vez en el Curso: **“El perdón es el único camino que te conduce más allá del desastre, del sufrimiento y, finalmente, de la muerte.”** (L.198.4.1) Sin embargo, pregunta: **“¿Y por qué combatirlo, oponerse a él, hallarle mil faltas y buscar mil otras alternativas?”** (L.198.4.3)

Creemos en este mundo que hemos hecho y justificamos su existencia y defendemos lo correcto de nuestras percepciones. Preferimos tener razón a ser felices. **“¿No sería más sabio alegrarte de tener en tus manos la respuesta a tus problemas? ¿No sería más inteligente darle gracias a Aquel que te ofrece la salvación y aceptar Su regalo con gratitud? ¿Y no sería muestra de bondad para contigo mismo oír Su Voz y aprender las sencillas lecciones que Él desea enseñarte en lugar de tratar de ignorar Sus palabras y sustituirlas por las tuyas?”** (L.198.5.1-3) Esto es lo que hacemos cada vez que invertimos en la ilusión y tratamos de arreglar las cosas "ahí fuera" en el mundo. Es una propuesta perdedora. El poder que tenemos es el de cambiar de mentalidad. Por mucho que invirtamos en acomodar las sillas de la cubierta del Titanic, éste seguirá hundándose. Por mucho que nos empeñemos en intentar controlar las cosas del mundo, seguiremos perdiendo.

Sólo tengo que mirar mi vida para ver cuánto he tratado de controlar las cosas en el mundo en vano. Todo se ha desarrollado como lo hará. El control es doloroso, pero lo hacemos creyendo erróneamente que podemos tener lo que queremos controlando a las personas y los acontecimientos. Ello se ilustra maravillosamente en la película Ruby Sparks (Ruby, la chica de mis sueños), en la que un escritor llamado Calvin crea la pareja romántica ideal de sus sueños, a la que puede controlar completamente a su antojo, sólo para aprender que el control nunca puede traer el amor que anhela, porque el amor debe darse voluntariamente.

Podemos cambiar nuestra forma de ver el mundo, y podemos responder a un aparente ataque reconociendo que no podemos ser heridos. Jesús nos recuerda: **“Perdona y verás esto de otra manera.”** (L.193.3.7) Aunque las formas de nuestros problemas cambian, la respuesta es siempre la misma. La respuesta es el perdón y dejar de lado la culpa en nuestra propia mente. Sin embargo, muchas veces decidimos no aplicarlo; en su lugar, discutimos con él, lo evitamos y nos damos razones por las que el perdón no se aplica a esta situación. Ésta, nos decimos, está más allá de mi capacidad de perdonar; y ésta es diferente y necesita mi propia solución. Sin embargo, así es como nos mantenemos prisioneros del mundo de la forma y mantenemos al ego en marcha.

Sin importar lo culpables que nos sintamos o lo mucho que pensemos que hemos hecho daño a los demás, el Ser que somos está intacto. **“La quietud de tu Ser permanece impassible y no se ve afectada por semejantes pensamientos ni se percata de ninguna condenación que pudiera requerir perdón.”** (L.198.8.1) Este Ser se hace evidente cuando soltamos nuestros pensamientos de ira, preocupación, especialismo y ataque de cualquier tipo. Si te ataco a ti o a mí, sólo yo puedo ser herida por mi condena. Incluso esto es una percepción falsa. Jesús

nos dice que lo que somos en verdad permanece intacto. Por lo tanto, ninguna de nuestras experiencias, por muy horribles que parezcan, pueden afectar la verdad de lo que somos.

Hoy practicamos diciendo: **“Sólo mi propia condenación me hace daño. Sólo mi propio perdón me puede liberar.”** (L.198.9.3-4) Estas son las palabras que tienen poder cuando las aplicamos. **“Sus palabras proceden de Dios, y te llegan con el amor del Cielo impreso en ellas.”** (L.198.6.4) No hay sufrimiento ni dolor que el perdón no pueda sanar. Jesús nos pide que reconozcamos la importancia que tiene para nuestra vida poner fin a las ilusiones, lo que significa acabar con el sufrimiento y el dolor de nuestras vidas. **“Perdona y verás esto de otra manera.”** (L.193.3.7) Incluso cuando lo acepto y me recuerdo la verdad de estas palabras, reconozco que sigo intentando arreglar y controlar las situaciones del mundo, manejar las circunstancias y los acontecimientos de mi vida a mi manera, creer que sé lo que más me conviene y justificar los ataques. ¡Es una locura! El perdón realmente nos hace libres. **“Entonces serás libre, pues la libertad es tu regalo, y ahora puedes recibir el regalo que has dado.”** (L.198.1.6) Al ver la santidad en nuestros hermanos, en lugar de la condena, llegamos a conocer nuestra propia santidad, y así somos llevados al fin del tiempo y del espacio y liberados de la esclavitud. Somos liberados. Todo lo que tenemos que hacer es reconocer lo equivocados que hemos estado en todo y elegir a Jesús como nuestro maestro en todas las circunstancias.

“Los que oyen Sus palabras han oído el himno del Cielo.” (L.198.6.5) Cuando contemplamos estas palabras y vivimos de acuerdo con ellas, **“contienen toda la esperanza, bendición y dicha que jamás se pueda encontrar en esta tierra.”** (L.198.6.3)

Amor y bendiciones, Sarah
huemmert@shaw.ca