



LECCIÓN 78

¡Que los milagros reemplacen todos mis resentimientos!

Comentario de Sarah:

Esta es otra lección asombrosa con un ejercicio clásico de perdón, donde los resentimientos se identifican como el problema y los milagros como la solución. Hay tanto poder y tanta promesa en esta Lección, aunque también eminentemente es práctica en su aplicación. Toda la Lección está escrita en pentámetro yámbico. Todas las lecciones de la lección 98 en adelante están escritas en este tipo de verso en blanco, que reverbera como el latido de un corazón en su ritmo de diez sílabas por línea con el acento en la segunda sílaba. Así, leerlo resuena de manera poética y sinfónica en nuestras mentes. Creo que está destinado a eludir nuestra conciencia consciente, como si escucháramos música hermosa. Para mí, también ilustra cómo este dictado debe haber venido de una mente mucho más allá de este mundo, aunque recuerda a Shakespeare.

Esta lección nos da la clave para nuestra liberación del infierno y la oscuridad donde nos encontramos cuando abrigamos resentimientos. Lo interesante es que no siempre somos conscientes de los resentimientos que tenemos en la mente. Nos hemos acostumbrado tanto a juzgar que fácilmente descartamos las pequeñas molestias, pequeñas irritaciones y frustraciones que nos hacen perder nuestra paz. Entonces nos preguntamos por qué nos sentimos tan angustiados o deprimidos. Vemos la culpa a nuestro alrededor y experimentamos un nivel de miedo del que tampoco podemos ser plenamente conscientes.

Curiosamente, el Curso considera cualquier agravio, no importa cuán pequeño sea, como no diferente de la ira asesina. Por grandes o pequeñas que parezcan ser las molestias, sin embargo, siempre oscurecen nuestra paz. Cuando no estamos en paz, el milagro no puede alcanzarnos. Necesitamos mantenernos muy conscientes de nuestros pensamientos y mantenernos atentos con respecto a la elección en la mente por el ego o por el Espíritu Santo. Cuando nos damos cuenta de que hemos elegido al ego, que es siempre cuando no estamos en paz, necesitamos llevar nuestras percepciones equivocadas al Espíritu Santo, para Su interpretación. **"Hoy vamos a ir más allá de los resentimientos, para contemplar el milagro en lugar de ellos. Invertiremos la manera como ves al no dejar que tu vista se detenga antes de que veas."** (W.78.2.1-2) Pero no podemos hacer esto sin la ayuda del Espíritu Santo para lograr una inversión de nuestra forma condicionada de ver. Cuando nos volvemos a Él, aprendemos que podemos ser ayudados a ver más allá del **"...escudo del odio"** (W.78.2.3) que nos impide ver a nuestro hermano como el Hijo de Dios.

El escudo del odio constituye nuestras proyecciones de culpa sobre nuestros hermanos. En lugar de ver su divinidad, vemos las dificultades que experimentamos con ellos, el dolor que creemos que nos han causado, su descuido de nosotros, todas las pequeñas heridas que hemos sentido en su presencia, cualquier defecto corporal y sus errores o incluso pecados, tal como los percibimos. Todas estas cosas por las que condenamos a cualquiera constituyen este escudo de odio. Nos impide ver al Cristo en ellos. Nos impide ver su inocencia y, por lo tanto, conocer la nuestra. Nos impide ver cómo todos compartimos la misma naturaleza, tanto la del ego como la de nuestro Ser

divino. No hay víctimas ni perpetradores. Cuando nos ponemos del lado de la "víctima", o juzgamos al perpetrador, nos negamos a ver la similitud de todos nosotros como el Ser Crístico. Estamos eligiendo juzgar en lugar de escuchar el llamado al amor en nuestros hermanos y reconocerlo como nuestro propio llamado a abrirnos al amor que somos.

"Tal vez aún no está completamente claro para ti el hecho de que en cada decisión que tomas estás eligiendo entre un resentimiento y un milagro. " (W.78.1.1) Todas y cada una de las decisiones que tomamos reflejan la mente del ego que sostiene el escudo del odio o nuestra mente recta donde el milagro brilla en amor y perdón. Cuando observo mi mente, es evidente que hago juicios constantes, mantengo expectativas, hago demandas y asigno roles e ideales que creo que otros deberían aceptar; todos en función de las creencias que tengo en la mente. Cuando no están a la altura de ellos, me enojo. Sí, los cuerpos hacen cosas que parecen justificar nuestra ira, pero la verdad de ellos no es lo que hace el cuerpo. Cuando solo vemos lo que los cuerpos hacen o dicen, solo vemos lo que se describe como el escudo del odio. Este escudo oculta la luz y nos impide ver quién es realmente nuestro hermano. También nos mantiene en la oscuridad. **"Cada resentimiento hacía que las tinieblas fuesen aún más tenebrosas, lo cual te impedía ver."** (W.78.3.4)

Si realmente queremos sanar y ser felices, debemos permitir que el escudo se disuelva para que podamos ver lo que siempre ha estado allí: la verdadera naturaleza de tu hermano, el Hijo de Dios brillando a la luz de su magnificencia. **"No esperaremos frente al escudo de odio, sino que lo dejaremos caer y suavemente, alzaremos los ojos en silencio para contemplar al Hijo de Dios. "** (W.78.2.3) Yo soy el que tiene la percepción implacable de este hermano. Ahora depende de mí bajar este escudo de odio mirando mis pensamientos implacables y teniendo la voluntad de elegir el milagro en su lugar. Es por eso por lo que sanar cualquier relación no necesita a dos de nosotros. Solo se necesita sanar mis propias percepciones no sanadas dejando de lado las interpretaciones dadas por el ego. **"Que los milagros reemplacen todos mis resentimientos. "** (W.78) Mientras tenga resentimientos en mi mente, que proyecto en mi hermano, nunca veré quién es realmente mi hermano ni conoceré mi Ser. **"El concepto del yo se alza como un escudo, como una silenciosa barricada contra la verdad, y la oculta de tu vista. "** (T.31.VII.7.1) (ACIM OE T.31.VII.74)

"No nos haremos los ciegos para no verlo; no vamos a contemplar nuestros resentimientos. " (W.78.4.2) Cuando todo lo que vemos son nuestros resentimientos, permanecemos ciegos al Cristo en nuestro hermano y, por lo tanto, en nosotros mismos, que la visión nos muestra. La verdadera visión está oculta por los resentimientos, y cuando tenemos resentimientos, nos mantenemos ciegos a la verdad. Jesús nos dice que al bajar nuestro escudo de odio y ver quién es nuestro hermano, revertimos la visión del mundo **"mientras dirigimos nuestra mirada hacia la verdad, y apartarla del miedo. "** (W.78.4.3). Todo lo que vemos reflejado en nosotros son nuestras propias proyecciones de culpa, y cuando proyectamos culpa siempre tememos represalias. Pensamos que al centrarnos en la culpa en los demás somos capaces de ver sus motivaciones y entender quiénes son. Creemos que nuestras ideas sobre las personas tienen una gran credibilidad y, por lo tanto, confiamos en nuestras percepciones, ipero Jesús dice que siempre están equivocadas!

Ahora estamos llamados a invertir nuestra forma de ver y liberar nuestras percepciones erróneas al Espíritu Santo, quien nos revela quién es realmente nuestro hermano cuando estamos dispuestos a estar equivocados. Nos hemos quedado totalmente cegados por nuestra propia evaluación de las personas. Es posible que hayamos pensado en alguien como amable, y ahora con nueva información aseguramos verlos por lo que realmente son, como si hubiéramos sido desviados por nuestras percepciones anteriores. Sin embargo, ninguna de nuestras percepciones

es la verdad. Siempre estamos proyectando nuestras propias percepciones erróneas sobre los demás, creyendo que, si los convertimos en los culpables, de alguna manera, podemos liberarnos de nuestra propia culpa.

Cuando parecen molestarnos, es una oportunidad para mirar los roles y expectativas que les hemos asignado. **"Pidámosle entonces a Aquel que conoce la realidad y la verdad de este Hijo de Dios, que se nos conceda poder contemplarlo de otra manera, y ver a nuestro salvador resplandeciendo en la luz del verdadero perdón, que se nos ha concedido."** (W.78.7.1) Cuando pedimos con profunda sinceridad ver la verdad de nuestro hermano en lugar de nuestras percepciones de él, se nos da una nueva interpretación. En algunas situaciones, puede parecer que lleva mucho tiempo renunciar a nuestros resentimientos cuidadosamente apreciados, pero Jesús nos recuerda que no importa porque para eso es el tiempo. Mientras estemos usando el tiempo para este propósito, no necesitamos desanimarnos. No es necesario que tome mucho tiempo, pero algunos resentimientos que hemos mantenido durante mucho tiempo pueden ser obstinadamente sostenidos y alimentados, a pesar de lo que parecen ser nuestros mejores esfuerzos para perdonar. Cuando realmente le pedimos al Espíritu Santo que nos ayude a quitar nuestras proyecciones de nuestro hermano y asumir la responsabilidad de ellas y reconocer que todas provienen de nuestras propias mentes, el milagro cambia nuestras percepciones equivocadas. Se necesita voluntad y disposición de nuestra parte para admitir que estamos equivocados en la forma en que vemos a nuestro hermano, de modo que donde una vez tuvimos juicios, ahora podemos experimentar paz. Nuestra motivación para **"Que los milagros reemplacen todos nuestros resentimientos"** (W.78) se ve reforzada con cada milagro, a medida que experimentamos más paz.

Hay personas en nuestras vidas a las que se nos pide que seleccionemos para este ejercicio. Puede ser alguien a quien tememos, odiamos o creemos que amamos que nos ha hecho enojar, un amigo que es difícil de complacer o alguien que no cumple con nuestras expectativas y el papel que le hemos asignado. Nuestro dolor, decepción y enojo apuntan a los lugares en nosotros donde estamos proyectando culpa sobre un hermano. El primer paso en este proceso es asumir la responsabilidad de la culpa que hemos proyectado y reconocerla como propia. Al traer la proyección de vuelta a nuestra mente, pedir ayuda al Espíritu Santo y asumir la responsabilidad de nuestros disgustos, juicios y quejas, el milagro cambiará nuestras percepciones equivocadas.

A medida que elegimos a una persona en la que enfocarnos, reconocemos que alguna forma de la misma oscuridad que vemos en ellos está en nosotros mismos. Por lo tanto, vemos cómo hemos elegido objetivos convenientes sobre los que proyectar la culpa en nuestras propias mentes. Al considerar el objetivo de nuestros resentimientos proyectados, le pedimos al Espíritu Santo que nos ayude a ver a esta persona como nuestro salvador. ¿No es ese un pensamiento asombroso? ¡Estas mismas personas que creemos que no podemos soportar han sido llamadas a nuestras vidas precisamente para ser nuestros salvadores! Jesús nos recuerda su importancia en nuestras vidas, en el sentido de que en realidad tienen la clave de nuestra salvación para que podamos ser sanados de nuestra culpa.

Eso puede parecer bastante exagerado para nuestras mentes condicionadas de "yo sé"; ¿cómo accederíamos a nuestra ira si no estuvieran en nuestras vidas y desencadenaran en nosotros un lugar donde nos atacamos a nosotros mismos? Son las personas a las que tenemos en amor especial y en odio especial las que nos ofrecen estas oportunidades de perdón. A medida que la oscuridad en la mente es llevada a la luz, se disuelve cuando se entrega al Espíritu Santo. A medida que nuestras mentes son sanadas, vemos la luz radiante brillando en nuestros hermanos. Una vez más, la práctica es con personas específicas, pero en última instancia, se generaliza a todos. Llegamos a ver a todos nuestros hermanos como dando amor o llamando al amor, porque el amor

que vemos en nosotros mismos es el amor que ahora vemos en todos. Los comportamientos de los demás pueden no cambiar, pero las interpretaciones que les damos a sus comportamientos cambian.

Podemos ser reacios a bajar a ciertas personas de la cruz en la que las hemos clavado con nuestros juicios y resentimientos. El ego afirma que estamos justificados en nuestra ira contra ellos. Sin embargo, leemos en el capítulo 30, sección VI (ACIM OE CH 30 VII), **"La justificación del perdón"**, que **"la ira nunca está justificada"** porque **"el ataque no tiene fundamento."** (T.30.VI.1.2) (ACIM OE T.30.VII.70) La fuente del ataque es siempre el sistema de pensamiento del ego, pero el ego no es nada, por lo que no tiene fundamento. Sin embargo, tratamos de justificar el ataque con nuestras historias de por qué necesitamos atacar para defendernos. Jesús nos recuerda, mientras que el ataque no tiene fundamento, el perdón siempre está justificado porque tiene un fundamento seguro. El ataque nunca es real sin efectos reales porque no ha ocurrido nada real. Es un sueño de separación donde lo que creemos que ha sucedido no tiene realidad. **"Más se te pide simplemente que consideres el perdón como la respuesta natural ante cualquier aflicción basada en un error que, por ende, no es más que una petición de ayuda. El perdón es la única respuesta cuerda"**. (T.30.VI.2.7-8) (ACIM OE T.30.VII.71) -

Cuando tenemos resentimientos, echamos de menos las oportunidades constantemente disponibles para ver a esta persona como **"más que un amigo"** (W.78.5.4) y en realidad como nuestro salvador. De hecho, esta lección dice: ese es su papel en el plan de Dios. No significa que Dios haya planeado nada de esto, pero es parte del plan que hemos establecido como el guión para nuestra curación. Hemos elegido a los personajes que aparecen en nuestro sueño exactamente para este propósito, y desempeñan el papel que les hemos asignado. Nuestro guión facilita nuestro despertar cuando decidimos usar cada situación difícil para la curación y el perdón. Sí, podemos resistir y continuar aferrándonos a los resentimientos, pero en nuestra resistencia, nos encadenamos a aquellos contra quienes tenemos esos resentimientos. Perdonamos, los liberamos y logramos nuestra su libertad. (W.78.8.3) ¿Por qué querríamos mantenernos encadenados? **"Su inocencia alumbrará tu camino, ofreciéndote su luz guiadora y absoluta protección, y refulgiendo desde el santo altar en su interior donde tu depositaste las azucenas del perdón."** (T.20.II.9.2) (ACIM OE T.20.III.13)

Sólo con la ayuda del Espíritu Santo es posible nuestra liberación. Jesús nos asegura: **"Lo que has pedido no se te puede negar."** (W.78.8.1) **"Y deja que las tinieblas sean disipadas por Aquel que conoce la luz, y que tiernamente la deposita en cada una de las dulces sonrisas de fe y de confianza con que bendices a tu hermano."** (T.22.VI.9.11) (ACIM OE T.22.VII.59) ¡Todo el Cielo se regocija y Dios nos da gracias! ¡Qué hermoso pensamiento! Básicamente, es nuestro propio agradecimiento lo que recibimos, pero es hermoso pensar realmente en Dios agradeciéndonos. ¿Por qué no iríamos voluntariamente allí? ¿Qué tan tercos queremos ser? Cuando escuchamos al ego, nos insta a aferrarnos a los resentimientos, porque el ego no nos ama y la existencia de él está amenazada por nuestra curación. La existencia del ego depende de que tengamos resentimientos y veamos a los demás como responsables de nuestro dolor. El plan del ego es que nos veamos a nosotros mismos como víctimas de los demás y a merced de eventos externos.

Con la práctica y la voluntad, nos motivamos para liberar nuestros pensamientos de ira y ataque al Espíritu Santo para la curación. He tenido experiencias trabajando en esta práctica durante varios años con muchas personas en mi vida. ¡Uno de ellos me envió recientemente un correo electrónico pidiéndome perdón! No había tenido noticias de él durante cinco años y cuando finalmente lo hice, me di cuenta de que no había nada que perdonar. Había dejado ir todos los

resentimientos que había mantenido contra él mucho tiempo antes de escuchar de él. En última instancia, no estamos perdonando a nadie, ya que es solo nuestra interpretación de lo que creemos sobre cualquier persona lo que está siendo liberada. Escuchar de él fue una hermosa demostración para mí de no apegarme a ningún resultado o expectativa en mi perdón. Este proceso es solo para mi propia curación y no depende de que nadie haga nada. Sin embargo, él todavía estaba sosteniendo esta situación contra sí mismo, así que estaba agradecida de que él pudiera dejarlo ir como yo ya lo había hecho.

Recuerda, se nos pide que apliquemos esta Lección a todas las personas que conozcamos. Cada encuentro es un encuentro santo. Cuando veo a mi hermano, me veo a mí mismo. Como lo trato, me trato a mí mismo. Jesús nos recuerda: **"Nunca te olvides de esto, pues en tus semejantes o bien te encuentras a ti mismo o bien te pierdes a ti mismo"**. (T.8.III.4.5) (ACIM OE T.8.IV.19) Cualquiera que conozcamos nos da otra oportunidad para la salvación. No hay accidentes en la salvación. Aquellos a los que estamos destinados a conocer, a los que hemos conocido y a los que conoceremos. Podemos aplicar esta práctica a aquellos que recordamos del pasado, aquellos que actualmente están en nuestras vidas y a cualquier persona en la que pensemos.

"El Espíritu Santo se extiende desde él hasta ti, y no ve separación alguna en el Hijo de Dios. Y lo que ves a través de Él los liberará a ambos." (W.78.8.4-5) Él no ve separación porque no hay ninguna. Vemos diferencias con los ojos del cuerpo, pero el Hijo de Dios es Un solo Ser, y estamos unidos en Unicidad con todo lo que es. Parece que estamos fragmentados en muchas formas, pero esa no es la forma en que el Espíritu Santo nos ve. El no ve separación.

"Mantente muy quedo ahora, y contempla a tu radiante salvador. Ningún sombrío resentimiento nubla la visión que tienes de él. Le has permitido al Espíritu Santo expresar a través de ese hermano el papel que Dios le asignó a El para que tu te pudieras salvar." (W.78.8.6-8) Nuestros resentimientos pueden llegar a ser muy fuertes en nuestras mentes. El ego nos arenga con sus chillidos estridentes, exigiendo que condenemos a alguien por lo que aparentemente nos ha hecho. Sin embargo, con el perdón viene la paz, la unión y el amor que nos abraza a todos en la verdad de quiénes somos como Un Solo Hijo. Por lo tanto, la misma persona que elegí excluir de mi amor se convierte en mi salvador, mostrándome de vuelta al Ser que soy. Estoy agradecido de que las imágenes que ocultan la verdad de mi mente hayan sido dejadas de lado, y en su lugar pueda experimentar el milagro en su lugar. (W.78.9.1)

"Recordaremos esto a lo largo del día, y asumiremos el papel que se nos ha asignado como parte del plan de Dios para la salvación, y no del nuestro. La tentación desaparece cuando permitimos que todo aquel que se cruza en nuestro camino sea nuestro salvador, rehusándonos a ocultar su luz tras la pantalla de nuestros resentimientos. Permite que todo aquel con quien te encuentres, o en quien pienses o recuerdes del pasado, asuma el papel de salvador, de manera que lo puedas compartir con él. Por ti y por él, así como por todos los que no ven, rogamos:

"¡Que los milagros reemplacen todos mis resentimientos!" (W.78.10.1-5)

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>