



## LECCIÓN 93

### La luz, la dicha y la paz moran en mí.

#### Comentario de Sarah:

**"Crees ser la morada del mal, de las tinieblas y del pecado."** (W.93.1.1) Esta idea se siente muy oscura y puede no ser algo que conscientemente pensemos que es cierto acerca de nosotros. El pecado es la creencia de que hemos destruido a Dios para poder existir. **"Piensas que, si alguien pudiese ver la verdad acerca de ti, sentiría tal repulsión, que se alejaría de ti como si de una serpiente venenosa se tratase"**. (W.93.1.2) Claramente, esto no es algo que perciba conscientemente sobre mí mismo. No reconozco la profundidad de la culpa en mí descrita en esta Lección. Mi imagen de mí mismo no incluye esta descripción, pero cuanto más profundo voy, más dispuesto estoy a reconocer y aceptar que bajo la cara de la inocencia hay oscuridad que tengo sobre mí mismo que prefiero no ver. Algunos llaman a esto la sombra.

Jesús dice que logramos obtener nuestro ser individual a través de la muerte de Dios. Construimos nuestro autoconcepto a costa de Su muerte porque no podemos existir si Él lo hace. Debe ser "uno u otro" porque ambos no pueden ser ciertos. ¿Cuál de los dos es? ¿Dios o yo? Ahora estamos invertidos en el yo separado y lo defendemos y apreciamos. Este yo separado se describe en el Folleto de Psicoterapia como: **"...que se ve a merced de otros, reaccionando a fuerzas externas tal como éstas exigen e indefenso ante el poderío del mundo."** (P.1.3.6) Por lo tanto, es visto como una víctima impotente en un mundo duro.

Si somos responsables de Su muerte, entonces la carga de culpa enterrada profundamente en la mente debe ser horrenda. Debido a que la culpa en la mente es una carga tan pesada, preferimos verla en los demás. Vemos a las personas que describimos como malvadas, pecaminosas e incluso merecedoras de la muerte. Ocultamos y encubrimos la culpa en nosotros mismos, pero la vemos en cambio en aquellos que percibimos que la merecen. No podemos darnos el lujo de verlo en nosotros mismos porque Jesús dice: **"Piensas que, si la verdad acerca de ti te fuese revelada, te sobrecogería un horror tan grande que te apresurarías de inmediato a quitarte la vida, pues sería imposible seguir viviendo después de haber contemplado semejante atrocidad."** (W.93.1.3) Él dice que continuar viviendo después de ver esto en nosotros mismos sería imposible. Esta es la imagen contra la que nos defendemos porque no queremos ver el pecado y la culpa en nuestras propias mentes. Esto es lo que tememos que veríamos en nosotros mismos si nuestras defensas se rompieran instantáneamente. Por supuesto, solo vamos tan rápido como nuestro miedo lo permite. Nosotros estamos a cargo del viaje.

Ciertamente podemos relacionarnos con una sensación de impotencia en este mundo de guerra, enfermedad y muchas fuerzas fuera de nuestro control, ya sea en un escenario mundial o en nuestras vidas personales. ¿Cómo lidiamos con todo lo que sucede en el mundo y en nuestras vidas, ya que ciertamente no somos felices en este estado impotente? Lo que hace el personaje en el sueño es buscar formas de tener más control, defenderse de lo que ve como ataques y encontrar aliados que lo apoyen. Trabajamos para construir una confianza que nos dará un sentido de estabilidad y poder para ganar nuestra guerra con el mundo. Tratamos de lograr una medida de

autoestima. Tratamos de reunir todo el poder que podamos para manejar lo que el mundo parece estar arrojando a nuestro camino.

Inflamos el yo que creemos que somos para ocultar nuestra inseguridad y miedo y encubrir al pequeño yo; pero el verdadero culpable es la creencia que tenemos en el pecado y la culpa. Jesús dice que todos los estados de ánimo que son menos que alegres provienen de la culpa. Tendemos a atribuir nuestros estados de ánimo a todo tipo de cosas que percibimos que suceden en nuestras vidas. Pero Jesús sigue recordándonos que sólo la culpa en la mente es la causa de nuestra angustia, y sólo nuestros resentimientos son la fuente de nuestros problemas. Por lo tanto, no se trata de lo que está sucediendo en nuestras vidas, sino de lo que tenemos en la mente. Por lo tanto, la única manera de atravesar este dilema es ir hacia adentro y traer nuestros pensamientos y creencias oscuras sobre nosotros mismos a la luz. Esto requiere observar la mente y estar dispuesto a investigar lo que realmente está detrás de nuestra angustia.

**"Cuando tu estado de ánimo te diga que has elegido equivocadamente, y esto es así siempre que no te sientes contento, reconoce entonces que ello no tiene por qué ser así. En cada caso has pensado mal acerca de algún hermano que Dios creó, y estás percibiendo imágenes que tu ego forja en un espejo tenebroso. "** (T.4.IV.2.2-3) (ACIM OE T.4.V.57)

**"Cuando te sientas culpable, recuerda que el ego ciertamente ha violado las leyes de Dios, pero tú no. Los 'pecados' del ego déjamelos a mí. Ese es el propósito de la Expiación. Pero hasta que no cambies de parecer con respecto a aquellos a quienes tu ego ha herido, la Expiación no podrá liberarte. Si te sigues sintiendo culpable es porque tu ego sigue al mando. Eso no tiene por qué ser así. "** (T.4.IV.5.1-6) (ACIM OE T.4.V.61)

En otras palabras, cuando somos menos que amorosos con alguien en cualquier situación, nos sentimos culpables; porque es solo el ego el que puede experimentar culpa, y no somos el ego, el personaje en el sueño. Básicamente, inventamos un autoconcepto, y luego inventamos un mundo que apoya nuestro autoconcepto y parece validarlo, lo que nos da la ilusión de que nos hemos creado a nosotros mismos. Sin embargo, nuestro autoconcepto no tiene semejanza con lo que realmente somos como el *Ser de Cristo*. De hecho, es un reemplazo para este *Ser*. **"Tu forjas un concepto de ti mismo, el cual no guarda semejanza alguna contigo. Es un ídolo, concebido con el propósito de que ocupe el lugar de tu realidad como el Hijo de Dios."** (T.31.V.2.1-3) (ACIM OE T.31.V.44)

El auto concepto, que inventamos junto con todos los pensamientos y creencias asociados con él, **"...no tienen fundamento alguno. "** (W.93.2.1) Lo que creo que soy y todo lo que creo sobre mí mismo simplemente no es la verdad. Esta es toda una declaración si realmente lo pensamos. Todo lo que decimos sobre nosotros mismos debe, por lo tanto, ser falso y basado en nada. Sin embargo, nos aferramos tenazmente a nuestros pensamientos y creencias porque definen la imagen que hemos hecho de nosotros, y valoramos y defendemos esta imagen o persona. Es por eso por lo que Jesús es tan amable con nosotros a medida que pasamos por el proceso de deshacer. Nuestra inversión en este yo ilusorio es muy fuerte. A medida que pasamos por el proceso de cuestionar todo sobre nosotros mismos, aparece una gran cantidad de miedo y resistencia y puede ser muy desorientador. Primero, realmente no queremos mirar la oscuridad que creemos que puede estar en nosotros; y, en segundo lugar, tenemos aún más miedo del profundo amor que tenemos por Dios que yace detrás de la oscuridad.

Para desarraigar la autoimagen, necesitamos mirar honestamente la oscuridad que tenemos en la mente. Jesús nos anima en este proceso recordándonos continuamente que no somos culpables. **"El amor me creó a semejanza de Sí mismo"**. (W. 67) Lo único que hemos hecho es volvernos inconscientes de las creencias que tenemos en la mente basadas en nada. **"Estas creencias están tan firmemente arraigadas en ti que resulta difícil hacerte entender que no tienen fundamento alguno. Que has cometido errores es obvio"**. (W.93.2.1-2) En otras palabras, aunque dice que sabe que pensamos que somos el hogar del mal y las tinieblas, no es la verdad. Él sabe: **"Que has buscado la salvación por extraños caminos; que te has dejado engañar y que a tu vez has engañado; que has tenido miedo de fantasías pueriles y de sueños crueles y que te has postrado ante ídolos de polvo."** (W.93.2.3) Él nos conoce en nuestra necesidad, ipero también conoce la verdad sobre nosotros! Para aceptar cuán seguro, elevado, sin pecado, glorioso y totalmente perfecto es nuestro verdadero Ser, dice que debemos cuestionar lo que pensamos sobre nosotros mismos; pero no podemos cuestionar lo que pensamos desde nuestro propio punto de referencia. Necesitamos mirar la oscuridad desde la perspectiva de El, que es mirar sin juicio por encima del campo de batalla. (T.23.IV) (ACIM OE T.23.V) En otras palabras, se trata de mirar desde la perspectiva del observador, que es un lugar sin juicio.

Actualmente no compartimos la percepción que Jesús tiene de nosotros de que somos puros y santos, y que la luz, la dicha y la paz moran en nosotros. **"¿Por qué no habrías de dar saltos de alegría cuando se te asegura que todo el mal que crees haber hecho nunca ocurrió; que todos tus pecados no son nada; que sigues siendo tan puro y santo como fuiste creado y que la luz, la dicha y la paz moran en ti?"** (W.93.4.1) No estamos muy contentos porque valoramos nuestro ser individual y nos resistimos al mensaje de que, **"Estos pensamientos no concuerdan con la Voluntad de Dios."** (W.93.3.2) Sólo cuando miramos nuestro miedo y nos damos cuenta de cuánta miseria y sufrimiento ha traído a nuestras vidas, nos volvemos más dispuestos a cuestionar nuestros autoconceptos y creencias y reconocemos cuánto nos hemos percibido mal a nosotros mismos, a los demás y al mundo.

Este yo que creemos que somos no tiene fundamento. Es un personaje en este sueño, una imagen que **"no puede resistir la Voluntad de Dios"** (W.93.4.2) Jesús dice: **"Y todo lo que [esta imagen] aparentemente hace o piensa carece de significado. No es bueno ni malo."** (W.93.5.3-4) El fin de esta identidad nos parece la muerte, pero Jesús nos asegura que **"es la vida. Tú piensas que se te está destruyendo, sin embargo, se te está salvando."** (W.93.4.3-4)

Jesús nos dice que todo lo que pensamos que hemos hecho no tiene ningún efecto porque el mundo es ilusorio. Simplemente no podemos y no nos hemos hecho indignos porque no hemos hecho **"batalla con el Hijo de Dios."** (W.93.5.6) No nos hemos cambiado a nosotros mismos. Nada real ha sucedido. No hemos pecado, ni hemos cambiado quiénes somos como el Cristo. **"¿Qué poder puede poseer este ser que tú fabricaste, cuando lo que hace es contradecir la Voluntad de Dios?"** (W.93.5.9) Esta es una declaración del principio de expiación, que dice que no tenemos absolutamente el poder de cambiar lo que somos en verdad. Podemos borrar la conciencia de la verdad, pero él dice: **"¡Tu impecabilidad está garantizada por Dios!"** (W.93.6.1) ¡Esto es un hecho! **"Esto tiene que repetirse una y otra vez, hasta que se acepte"** (W.93.6.2), lo que significa que debemos llevar a la verdad nuestras percepciones erróneas de quiénes somos, nuestros pensamientos oscuros y odiosos y nuestros juicios. Significa que, cuando tenemos pensamientos que no son verdaderos, necesitamos estar dispuestos a reconocerlos y llevarlos al Espíritu Santo. Estas son creencias tales como que somos indignos, abandonados, malos, carentes y, en última instancia, culpables. Lo único cierto es que somos inocentes.

El Principio 14 de Los Milagros dice que los milagros proceden de la convicción. Lo que esto significa para mí es que puedo tomar una posición en la verdad y no invertir en lo que no existe. Es el reconocimiento de que mis pensamientos odiosos, de enojo y angustiantes no tienen sustancia ni realidad. Realmente todos ellos no tienen sentido y no tienen ningún impacto en la verdad de mi Ser. Puedo descartarlos como las mentiras del ego y simplemente negarme a escuchar, pero debo estar convencido de que el milagro se revele.

Si queremos ser liberados del control que el ego parece tener sobre nosotros como resultado de haber aprendido demasiado el programa del ego, necesitamos dejar ir la culpa en la mente. Hacemos esto asumiendo la responsabilidad de nuestras proyecciones y llevándolas al Espíritu Santo. Hemos desarrollado defensas para proteger nuestra autoimagen, pero ahora se nos pide que cuestionemos todo lo que creemos que somos y todo lo que creemos sobre nosotros mismos. No me hice a mí mismo. Cualquier pensamiento de lo que el "yo" hizo sobre mí mismo debe ser cuestionado y entregado al Espíritu Santo. La luz, la dicha y la paz moran en mi mente porque soy parte de Dios.

¿Cambiarán estas afirmaciones nuestras mentes acerca de quiénes somos? No, no son suficientes. Debemos hacer el trabajo de excavar las creencias en la mente. Aquí puede haber una tendencia a asumir un "ego espiritual" o autoimagen que niega la oscuridad en la mente. Proviene de una comprensión intelectual del Curso donde aún no hemos hecho el trabajo de separar la mente de la creencia en el pecado y la culpa. Lo que debemos reconocer es la importancia de deshacer el ego, en lugar de tratar de hacer un ego mejor, más agradable o más espiritual.

El cambio real sólo vendrá cuando hagamos el trabajo de liberar el falso yo. Hacer el trabajo de liberar los obstáculos a la conciencia de la presencia del amor requiere atravesar la oscuridad. No hay forma de evitar esto. Para mí, inicialmente fue muy importante aprender cómo el ego lo estableció todo, cómo no hay un mundo y cuánto soy amada por Dios. Esto me ha permitido mirar la oscuridad en mi mente mientras reconozco que no es quien soy. Por lo tanto, he podido ser más honesta conmigo misma al darme cuenta de que la culpa en la mente no me pertenece. No soy responsable del error, sino solo de elegir la Corrección. La única verdad es que yo soy el Ser de Cristo y no lo que he hecho de mí misma.

Cuando me identificaba totalmente con el ego, tratando de mantener mi imagen intacta, elevando mi autoestima y enfocándome en lo que más me convenía tal como lo definí, ni siquiera era consciente de que había otra opción disponible para mí. No concebía un verdadero Ser más allá de esta persona que valoraba. No sabía que había que tomar una decisión en favor de la mente recta. Tomar conciencia de esta elección es la fuente de nuestro poder. Recordarme a mí misma la verdad de quién soy realmente me da el coraje de mirar los pensamientos oscuros, sabiendo que no son míos. Jesús sigue recordándonos que hay un verdadero Ser aparte del ego, y es lo que somos. Si bien las afirmaciones no cambiarán nuestra identidad del ego porque el ego no será acallado, son útiles para recordarnos la verdad.

Cuando se nos habla de nuestra perfección, podemos discutir y resistir la idea y plantear argumentos para refutarla. La razón más profunda de esto es porque esta idea amenaza nuestra existencia tal como la vemos o como la hemos fabricado. Si realmente aceptáramos la verdad sobre nosotros mismos, nos aterrorizaría porque pondría nuestro mundo patas arriba y desarraigaría nuestro marco de referencia. Es aterrador pensar que hemos estado tan totalmente equivocados acerca de nosotros que ni siquiera sabemos quiénes somos. Nuestra identidad en el mundo se ha formado creyendo percepciones de lo que otros piensan de nosotros. Las voces de nuestros padres, maestros, amigos y otros han contribuido a crear la imagen que hemos adoptado.

Es aterrador darse cuenta: **"No sé lo que soy y, por lo tanto, no sé lo que estoy haciendo, dónde me encuentro ni cómo considerar al mundo o a mí mismo."** (T.31.V.17.7) (ACIM OE T.31.V.60)

Hoy, centrémonos en abrirnos a la inmensidad de **"la unidad de tu único Ser. Trata de apreciar Su Santidad y el amor del que fue creado."** (W.93.9.3-4) Se nos pide que **"Tratemos de no ser un obstáculo para el Ser que Dios creó como lo que tú eres, ocultando Su majestad tras los insignificantes ídolos de maldad y de pecado que has inventado para reemplazarlo."** (W.93.9.5)

**"La humildad jamás te pedirá que te conformes con la pequeñez. Pero sí requiere que no te conformes con nada que no sea la grandeza que no procede de ti."** (T.18.IV.3.12) (ACIM OE T.18.V.34) -

Cuando proyectamos nuestra culpa sobre nuestros hermanos, estamos diciendo que nos quitaron la paz y, por lo tanto, son los culpables. Al hacer esto, nos aferramos a la creencia de que somos inocentes y que otros tienen el poder de influir en nuestro estado de ánimo. En un nivel más profundo, fuera de nuestra conciencia, cuando mantenemos a otros como culpables, estamos haciendo un trato con Dios para que Él los castigue a ellos en lugar de a nosotros. En otras palabras, los vemos como los perpetradores, y a nosotros mismos como víctimas. Estamos invertidos en esta postura creyendo que Dios nos dejará ir por nuestros esfuerzos y castigará a los perpetradores culpables. Es una falsa inocencia que estamos tratando de comprar a expensas de los demás. Es fácil de hacer cuando miramos las atrocidades cometidas en el mundo. Jesús nos ayuda a ver que no hay necesidad de fingir que somos intachables al ver a otros culpables. El hecho es que ya somos inocentes en nuestra creación. ¿Por qué no simplemente mirar nuestra propia tontería en lugar de proyectarla? ¿Por qué no asumir la responsabilidad de ello para que podamos conocer nuestra verdadera inocencia y no la inocencia que compramos a expensas de nuestros hermanos? Cuando admitimos que nos hemos equivocado en nuestras percepciones, es el comienzo del aprendizaje real.

¿Qué me dice si me doy cuenta de que no estoy usando los primeros cinco minutos de cada hora para recordarme a mí mismo la verdad? ¿Por qué no estaría dispuesto? Jesús espera que no confiemos completamente en la verdad que está enseñando y probablemente nos resistamos activamente a ella. Nuestra resistencia aparece en otras prioridades en nuestros días que nos parecen más importantes que centrarnos en la Lección. Creemos que lo que estamos haciendo en este mundo de forma es real y esencial y más importante que nuestro trabajo espiritual. Estamos invertidos en preservar y proteger nuestra singularidad y especialidad. Este es nuestro miedo a la verdad. Ahora podemos elegir dar todos los pensamientos, temores y preocupaciones, así como cualquier resistencia, al Espíritu Santo y reconocer que no son nada. Podemos reconocer cada vez más que no hay necesidad de culpa. También se nos pide que respondamos a cualquier perturbación hoy disipándola rápidamente con este pensamiento: **"La luz, la dicha y la paz moran en mí. Mi impecabilidad está garantizada por Dios."** (W.93.10.4-5)

Aplica estas ideas cada vez que estés molesto o perturbado por algo hoy. Aplica este pensamiento a cualquier persona con la que puedas estar tentado a estar enojado diciéndole en silencio: **"La luz, la dicha y la paz moran en ti. Tu impecabilidad está garantizada por Dios."** (W.93.11.3-4)

Jesús nos recuerda que extender el amor y unirnos a nuestros hermanos son las formas en que aprendemos quiénes somos, sanamos nuestras mentes y escuchamos la Voz de Dios. Por otro lado, cada vez que atacamos a alguien, estamos ocultando nuestra luz, paz y dicha, y nuestro

ataque vuelve a lastimarnos. Es por eso por lo que estamos recibiendo todos estos pensamientos para que podamos incorporarlos a una forma de estar en el mundo donde se nos dan muchas oportunidades para aplicar estas lecciones diariamente. Valemos la pena este esfuerzo.

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>