



LECCIÓN 120
Tercer Repaso ~ Lección 109 y Lección 110

Comentario de Sarah:

Este es el último día del Repaso y qué dulce lección para terminar nuestro período de Repaso. **"Descanso en Dios"** (W.120.(109) 1.1) y **"Soy tal como Dios me creó."** (W.120.(110) 2.1) Ha sido una semana abrumadoramente ocupada para nosotros aquí y descansar en Dios hoy en nuestras mentes, a pesar de cualquier torbellino externo, es un pensamiento atractivo. La mente del ego no tiene descanso. Todo nuestro estrés, ansiedad, desesperación y frustración provienen de pensamientos que nos impiden saber quiénes somos como creación de Dios. ¿Podemos simplemente relajarnos hoy, tomar un respiro de toda esta actividad, ir más allá de todos nuestros pensamientos estridentes, descansar de las actividades que nos mantienen distraídos del Ser que somos y recordar nuestra verdadera realidad? Sí, incluso en nuestras ocupadas acciones podemos descansar en Dios. **"Este centro tranquilo, en el que no haces nada, permanecerá contigo, brindándote descanso en medio del ajetreo de cualquier actividad a la que se te envíe."** (T.18.VII.8.3) (ACIM OE T.18.VIII.70) En otras palabras, podemos llevar la paz a cada situación.

Descansar en Dios es estar en Su fluidez y permitirle guiar el camino. Descansar en Dios es encontrar nuestro centro de paz, aunque solo sea por un momento, donde liberamos el mundo externo. Descansar en Dios es conocer la constancia del Ser que somos y saber que cambiar, buscar y esforzarse es una ilusión. Descansar en Dios es saber que estamos eternamente seguros en Sus amorosos brazos. Hoy, encontremos este lugar de respiro en nuestro interior y sepamos que, a pesar de cualquier experiencia de estrés y agitación, la verdad es que somos conciencia inmutable, estamos a salvo y somos plenos. Podemos mantenernos en ese estado en cualquier momento queelijamos con algo de práctica. Si no experimentamos esto, en realidad estamos escuchando al ego.

La paz es constante dentro de nosotros todo el tiempo, esperando nuestra aceptación de ella. Cuando traemos lo falso a la verdad, experimentamos un profundo sentimiento de liberación. Nos conectamos con nuestra verdadera realidad como Dios nos creó, inmutables, todos amorosos, siempre tranquilos y en paz, plenos, seguros y Seres eternos. Descansar en Dios es entregarnos a Él y dejar que Él obre a través de nosotros, usando nuestros cuerpos como un instrumento de Su paz y amor en el mundo. Nuestras acciones se vuelven completamente involuntarias y nuestros pensamientos se convierten en los Suyos. Es, de hecho, vivir con facilidad y en el fluir.

Es una experiencia de presencia que viene a la mente tranquila. Es un lugar profundo de silencio y seguridad en la mente a la que llegamos en nuestra meditación y contemplación al comenzar y terminar nuestro día. En la hora, tomamos un respiro en el tranquilo centro de nuestra mente donde hay una certeza perfecta mientras nos recordamos a nosotros mismos en la media hora de nuestra verdadera realidad como el Hijo de Dios. Claro, retomaremos la lucha de nuevo porque todavía queremos estar en este escenario mundano, especial y único, pero a medida que nos conectamos más y más con la verdad, nuestro deseo de esta experiencia de descanso aumenta.

Descansar en Dios es saber que cuando parecemos estar en la lucha, no es lo que realmente somos. Detrás de la lucha está la paz de Dios. **"La salvación reside en el simple hecho de que las ilusiones no son temibles porque no son verdad."** (T.16. V.14.1) (ACIM OE T.16.VI.56)

Descansar en Dios es ver nuestros problemas por encima del campo de batalla, fuera de este sueño. Desde este lugar, aceptamos todo lo que hay sin juicio y no luchamos contra él. Cuando luchamos contra lo que es, sufrimos. **"Todas tus dificultades proceden del hecho de que no te reconoces a ti mismo, ni reconoces a tu hermano, ni reconoces a Dios."** (T.3.III.2.1) (ACIM OE T.3.V.31) Nunca estamos molestos por un hecho. Lo que nos molesta son nuestras interpretaciones de él. **"Son siempre las interpretaciones las que dan lugar a las emociones negativas, aunque éstas parezcan estar justificadas por lo que aparentemente son los hechos."** (Manual para Maestros.17.4.2) Cuando nuestras mentes están en paz, sabemos que todo está bien, independientemente de las apariencias. Jesús nos dio este mensaje cuando dijo que sabe todo lo que hemos hecho y siempre nos ama. **"Él no puede ser injusto con nadie ni con nada, porque sabe que todo lo que existe es Suyo y que será siempre tal como Él lo creó."** (T.26.II.8.2) (ACIM OE T.26.III.17)

Quién crees que eres y lo que crees que has hecho de ti mismo es todo delirante. Es solo una identidad equivocada que has llegado a creer que eres tú. Tú eres el Hijo de Dios y compartes Sus atributos. Como Hijo de Dios, tú eres igual que Jesús—Uno con toda la creación. Estas no son solo palabras bonitas. Son la verdad de nuestro verdadero Ser. ¿Podemos aceptar este amor hoy? Hacerlo requiere que miremos nuestros falsos pensamientos y creencias sin juzgar. Cuando miramos al ego con Jesús desde fuera del sueño, podemos sonreír y verlo como la ilusión que es. Descansa en Dios. Toma Su Palabra por lo que realmente eres hoy y todos los días.

La práctica continúa como antes, con tiempo dedicado cada mañana y cada noche con la Lección del día y dejando que los pensamientos relacionados vengan a la mente. Estos ya están en la mente. Permíteles que se presenten sin esfuerzo. Son una forma de diálogo interno que es útil para descartar la charla del ego. Son la sabiduría del Espíritu Santo en nuestras mentes rectas donde reside la verdad.

Aplicamos la Lección a cada preocupación, problema, situación y relación que surja durante el día y tratamos de recordar la Lección en la hora con **"Descanso en Dios."** (W.120.(109) 1.1) y sobre la media hora: **"Soy tal como Dios me creó."** (W.120.(110)2.1)

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>